Alice
Cucina
APRILE 2015 - € 4,50
100 RICETTE
14 SCUOLE DI CUCINA
Pasta
LUNGA E SECCA, CORTA E FRESCA: SEMPRE AL PRIMO POSTO
Grandi classici reinterpretati
CARTOCCIO DI AGNELLO AI CARCIOFI, IL PANE AL PESTO, FISH&CHIPS ALL'ITALIANA
TIRAMISÙ ai 2 CIOCCOLATI
GIANLUCA ARESU
Menu
MANGIA LA FOGLIA, FESTA DI PRIMAVERA
Scuola di cucina
LASAGNE DI ZUCCHINE, TRAMEZZINO DI ALICI, FILETTO IN CROSTA DI PISTACCHI, COTTURE IN VETRO, MAGIE DI CARAMELLO
CUCINA - STILE - ITINERARI - RICETTE - SAPORI - IDEE
€ 4,50
ISSN 9772035103001
50004
9 772035 103001
BE € 7,50 - LUX € 7,20 - PTE CONT. € 7,50 - CH CT 11,00 CHF

Il tempo della vignarola

Benvenuta primavera, con le sue primizie e i suoi doni prelibati! Le nostre 100 e passa proposte culinarie fioriscono come germogli, incoraggiati dall'arietta tiepida della stagione. E se è l'orto a regnare sovrano in tavola, con pisellini, asparagi e carciofi, fave, carote e patatine, cipollotti, porri, rucola e spinaci, sempre più numerose sono le ricette che via via si fanno gustose con leggerezza: vedi l'erbazzone o il rotolo bicolore di Persegani, le lasagne di zucchine, oppure il tramezzino di alici con carciofini. Anche le aspettative delle buone forchette, comunque, non rimarranno deluse, giacché non mancano ricette più "robuste", tipiche del passaggio stagionale e di certi piatti "pasqualini", come le pappardelle con le fave, le costolette di agnello o l'arrostino di filetto in porchetta.
E poi i dolci. Bombette fritte e cannolini con ricotta, ciliegie sotto spirito e pepe (!) d'autore; morbidi e irresistibili budini da fare in casa, con un pizzico di fantasia in più; il seducente caramello, allo stato liquido, solido e cristallizzato, sul tipico bonet, sul crème caramel, o nel croccante al pistacchio. I cake pops per i più piccini, con un divertente "calippo" con il pulcino Pio, tutto da gustare. *Last but not least*, anzi in bellavista sulla copertina, il dolce di tutti i dolci: l'irrinunciabile tiramisù. Qui nella versione "cappuccino schiumato", con 2 due cioccolati – fondente e bianco – e tanto di croccante e golosa copertura. Perché Gianluca Aresu, il nostro maître delle 50 sfumature di chocolat, non farà le pentole, ma i coperchi sì. E che coperchi!

La Redazione

Foto di M. Della Pasqua

APRILE '15

COVER
Foto e styling di Elisa Andreini

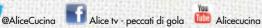
LA NOSTRA CUCINA

LE RUBRICHE

I PROTAGONISTI DI QUESTO NUMERO

128

L'ITINERARIO

INDICE RICETTE A PAG. 10
INDIRIZZI UTILI A PAG. 188
INDICE ALFABETICO RICETTE A PAG. 189

REDAZIONE
via Tiburtina 924, 00156 Roma
tel. +39 06.43.22.42.19 fax +39 06.43.22.47.14
staff.alicemagazine@ltmultimedia.tv

DIRETTORE RESPONSABILE
Valter La Tona

VICEDIRETTORE
Giulia Macrì - *giulia.macri@ltmultimedia.tv*

CAPOREDATTORE
Francesco Monteforte Bianchi - *francesco.monteforte@ltmultimedia.tv*

REDAZIONE
Emanuela Bianconi - *emanuela.bianconi@ltmultimedia.tv*

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Luisa Sbroscia - *luisa.sbroscia@ltmultimedia.tv*

GRAFICA
Francesca Ottaviano - *francesca.ottaviano@ltmultimedia.tv*
Nicoletta Micheli, Alessia Carrozzi, Antonella Aravini

HANNO COLLABORATO
Alessandro Apolito. Gianluca Aresu, Felicetta Argentino, Monica Bianchessi, Rosanna Bisi, Fabio Campoli, Michele Chinappi, Maria Elena Curzio, Giovanni Gandino, Susy Grossi, Roxana Mara Liche, Salvo Leanza, Cristina Lunardini, Giuseppe Nocca, Cristiano Nosari, Gianluca Nosari, Daniele Persegani, Massimo Piccheri, Mattia Poggi, Luisa Sbroscia, Lele Usai

FOTO
Elisa Andreini, Antonella Aravini, Silvia Censi, Claudia Cucinelli, Marina Della Pasqua, Angela De Santis, Alberto Favara, Luca Lupori, Massimiliano Rella, Sabrina Rossi

LT EDITORE srl
Società controllata da LT Multimedia spa

LT MULTIMEDIA spa
via Tiburtina 924, 00156 Roma
tel. +39 06.43.22.41- fax +39 06.43.22.47.14

Presidente: Maurizio Senese
Vice Presidente: Corrado Azzolini
Vice Presidente: Luciano La Tona
Amministratore Delegato: Carlo Gianani
Relazioni Esterne: Giacomina Valenti - *giacomina.valenti@ltmultimedia.tv*
Ufficio Stampa: Cristina Ruscito - *cristina.ruscito@ltmultimedia.tv*

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA
LT PUBBLICITÀ srl
Sede Milano - via Boccaccio, 4 - 20123 Milano
tel. +39 02.55.410.829 - fax +39 02.55.410.734
Sede Roma - via Tiburtina, 924 - 00156 Roma
tel. +39 06.43.224.436 - fax +39 06.43.224.757

DIREZIONE COMMERCIALE
Area Centri Media - Key Client
Luciano Pedrini - *luciano.pedrini@ltmultimedia.tv*
Area Clienti
Paolo Tosetti - *paolo.tosetti@ltmultimedia.tv*

AREA TEMATICA E TERRITORIALE
Raffaele Taliercio - *raffaele.taliercio@ltmultimedia.tv* - tel. +39 02.55.41.08.15

STAMPA
Grafica Veneta S.p.A.
via Malcanton, 2 - 35010 Trebaseleghe (Pd)
tel +39 049.9319911- fax +39 049.9385760
www.graficaveneta.com

DISTRIBUZIONE ITALIA
M-DIS Distribuzione Media spa
via Cazzaniga, 19 - 20132 Milano
tel. +39 02.25.821

DISTRIBUZIONE INTERNAZIONALE
JOHNSONS INTERNATIONAL NEWS ITALIA spa
via Valparaiso, 4 - 20144 Milano
tel. +39 02.43.98.22.63 - fax +39 02.43.91.64.30

Numero 4 - Anno VIII - Aprile 2015
Reg. Trib. Roma N° 305/2008 del 18 Settembre 2008

FINITO DI STAMPARE Marzo 2015

SERVIZIO ABBONAMENTI E ARRETRATI
Informazioni: tel. 039 99.91.541- fax 039 99.91.551
Orari: 9-13 / 14-18 dal lunedì al venerdì

ANTIPASTI E SFIZI

PRIMI

SECONDI CONTORNI E PIATTI UNICI

PIZZE PANE E TORTE SALATE

DOLCI E DESSERT

CENTRIFUGATI

DOLCE APRILE

IL NOSTRO CHOCOLATIER GIANLUCA ARESU REINTERPRETA IN CHIAVE ARTISTICA ALCUNE CLASSICHE TENTAZIONI AL CUCCHIAIO. DAL TIRAMISÙ "CAPPUCCINO", SERVITO CON GOLOSI E DIVERTENTI COPERCHI AL CIOCCOLATO, ALLA FORESTA… BIANCA, FINO ALLA TORTA GINEVRA, DELIZIOSO SEMIFREDDO FINEMENTE FARCITO E GLASSATO

di EMANUELA BIANCONI
ricette e decorazioni di GIANLUCA ARESU
foto e styling di ELISA ANDREINI

A

B

C

Tiramisù "cappuccino" ai due cioccolati

Ingredienti

per la base semifreddo a freddo
170 g di tuorli pastorizzati
35 g di zucchero
85 g di zucchero fondente

per la crema tiramisù
250 g di panna
250 g di mascarpone
115 g di base semifreddo
5 g di gelatina in fogli

per il biscotto savoiardo
160 g di tuorli; 160 g di farina
40 g di fecola; 240 g di albumi
200 g di zucchero

per la mousse al cioccolato bianco
125 g di panna
250 g di cioccolato bianco
325 g di panna semimontata

per la bagna al caffè
270 g di zucchero
100 g di caffè espresso

vi servono inoltre
cacao amaro in polvere
cioccolato fondente al 70% di cacao

Preparazione

1. Per la base semifreddo: in una planetaria montate i tuorli con lo zucchero; unite lo zucchero fondente, a pezzetti e poco per volta, e proseguite a montare. Per la crema: montate la panna con il mascarpone; ammorbidite in acqua fredda la gelatina e fatela sciogliere al microonde. Unitela alla base semifreddo e amalgamate i due composti (foto A).

2. Per il biscotto: scaldate sul fuoco gli albumi con 120 g di zucchero (foto B). Trasferite il composto in una planetaria e montate. A parte lavorate i tuorli con 80 g di zucchero. Setacciate le polveri e incorporatele alla montata di tuorli alternandole agli albumi montati. Con un sac à poche realizzate tanti savoiardi in una teglia, rivestita con carta forno, e infornate a 240 °C per qualche minuto, quindi levate e fate raffreddare (foto C).

3. Per la mousse: portate a bollore la panna, versatela sul cioccolato tritato e mescolate. Fate raffreddare fino a circa 30 °C e incorporate la panna semimontata (foto D). Per la bagna: portate a bollore 200 g di acqua con lo zucchero e fate sciogliere fino a ottenere lo sciroppo 30B. Pesatene 250 g, unite 75 g di acqua e il caffè (foto E), mescolate e tenete da parte.

4. Raccogliete la crema al mascarpone e la mousse in due sac à poche. Stendete sul fondo delle tazze uno strato di mousse, bagnate i biscotti con la bagna al caffè e disponeteli sopra. Spolverizzate con il cacao e proseguite con uno strato di crema al mascarpone (foto F). Proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti e cospargete con altro cacao.

5. Per i "coperchietti": fate fondere il cioccolato fondente a 45 °C; fate raffreddare, fino a portarlo a 30 °C, e versatene una parte su un foglio di acetato. Stendete il cioccolato creando un piccolo strato sottile. Mettete sopra un altro foglio di acetato e con una spatola fatelo aderire perfettamente. Appena il cioccolato inizia a rapprendere, con un tagliapasta ricavate tanti dischetti incidendo il cioccolato con una leggera pressione sul foglio di acetato. Lasciate cristallizzare e infine staccate i due fogli di acetato. Per il manico: create uno strato sottile di cioccolato e con l'aiuto di un pettine di plastica o di silicone create tante strisce di cioccolato. Appena questo diventa elastico, piegate le strisce su se stesse dando una forma a goccia. Attaccate al coperchietto con del cioccolato precristallizzato e lasciate asciugare perfettamente.

D

E

F

Ingredienti

per il biscotto finanziere e amarene
200 g di albume
190 g di zucchero a velo
180 g di burro
105 g di farina di mandorle
60 g di farina
25 g di zucchero invertito
2 g di olio essenziale ai fiori di arancio
amarene sciroppate

per la dacquoise al cocco
170 g di albumi
55 g di zucchero
25 g di farina di mandorle
140 g di zucchero a velo
110 g di cocco râpé

per la ganache montata al cocco
240 g di purea di polpa di cocco
20 g di sciroppo di glucosio
20 g di zucchero invertito
175 g di cioccolato bianco
340 g di panna montata
20 g di liquore malibù

per la mousse al cioccolato bianco
125 g di panna liquida
250 g di cioccolato bianco
325 g di panna poco montata

vi servono inoltre
cioccolato bianco
strisce di cocco fresco
cacao amaro in polvere

In libreria "50 sfumature di cioccolato", il libro di Gianluca Aresu, tutto dedicato a questo peccaminoso ingrediente (LT Editore, 19,90 euro).

Preparazione

1. Per il biscotto: unite le farine e miscelatele bene. Aggiungete l'olio ai fiori di arancio e l'albume, e mescolate bene. Versate lo zucchero invertito, lo zucchero a velo e infine il burro fuso ma non caldo. Amalgamate bene e lasciate riposare per almeno due ore; stendete il composto in una teglia in silicone, disponete le amarene sciroppate (**foto A**) e fate cuocere a 170 °C per una decina di minuti. Levate e lasciate raffreddare.

2. Per la dacquoise: in una planetaria schiumate gli albumi; aggiungete lo zucchero (**foto B**) e continuate a montare fino a ottenere un composto stabile. Unite lo zucchero a velo e la farina di mandorle e di cocco, e mescolate ancora. Stendete il composto su un foglio di carta forno, cospargete con altro cocco râpé e infornate a 190 °C per una decina di minuti. Levate e lasciate raffreddare.

3. Per la ganache: scaldate 120 g di purea di cocco con lo sciroppo di glucosio e lo zucchero invertito; versate a filo sul cioccolato bianco a dadini (**foto C**) ed emulsionate bene. Unite la parte restante di purea di cocco e il liquore (**foto D**). Aggiungete la panna montata e amalgamate delicatamente il composto.

4. Per la mousse: portate a bollore la panna, versatela sul cioccolato tritato e fate sciogliere bene; fate raffreddare fino a circa 30 °C e incorporate delicatamente la panna. Per il montaggio: con l'aiuto di un anello di acciaio (da 20 cm di diametro) ricavate un disco; disponetelo all'interno dell'anello, rivestito con una striscia di acetato, e con un sac à poche distribuite uno strato di ganache al cocco (**foto E**). Adagiate al centro un disco di dacquoise (da 16 cm di diametro) e terminate con uno strato di mousse al cioccolato bianco (**foto F**). Trasferite in freezer e fate raffreddare.

5. Tagliate una striscia di acetato alta due cm e stendete del cioccolato bianco temperato. Quando inizia ad asciugare, ma rimane ancora elastico, avvolgetelo intorno alla torta. Con un cornetto di carta stendete tante strisce di cioccolato fuso su un piano di marmo. Raccoglietele con l'aiuto di una spatola, modellatele (**foto G**) e adagiatele sulla torta, già sformata. Guarnite con strisce sottili di cocco fresco e una spolverizzata di cacao, levate la striscia di acetato (**foto H**) e servite.

Dolce Ginevra

Ingredienti

per la crema leggera pralinata
400 g di latte; 100 g di panna fresca
150 g di zucchero; 25 g di miele
1 bacca di vaniglia; 120 g di tuorli
40 g di amido di mais
200 g di pralinato alle nocciole
450 g di panna montata
15 g di gelatina in fogli

per la dacquoise alle mandorle e nocciole
340 g di albumi; 110 g di zucchero
275 g di zucchero a velo
135 g di farina di mandorle grezze
140 g di farina di nocciole tostate

per la base semifreddo a freddo
250 g di tuorli pastorizzati
100 g di zucchero
125 g di zucchero fondente

per la mousse al cioccolato al latte
200 g di cioccolato al latte
250 g di panna semi montata
50 g di base semifreddo

per la glassa fondente
500 g di panna
625 g di cioccolato fondente
100 g di sciroppo di glucosio

vi servono inoltre
granella di nocciole; cioccolato fondente
sfoglie di cioccolato
cialde di caramello

Preparazione

1. Per la crema: scaldate il latte, la panna e i semi della bacca di vaniglia; a parte mescolate con una frusta lo zucchero, il miele e i tuorli. Aggiungete l'amido e amalgamate ancora fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Versate il composto sul latte caldo, rimettete sul fuoco, portate a ebollizione e fate cuocere per qualche minuto fino ad addensamento. Spegnete e trasferite in una terrina.

2. Quando la crema sarà intorno ai 70 °C, incorporate la gelatina, precedentemente ammorbidita in acqua fredda e ben strizzata (**foto A**), e lasciate raffreddare. Una volta fredda, unite delicatamente il pralinato alle nocciole, tritato grossolanamente (**foto B**), e alleggerite infine con la panna montata.

3. Per la dacquoise: in una planetaria schiumate gli albumi; aggiungete lo zucchero e proseguite a montare fino a ottenere un composto stabile. Unite lo zucchero a velo e le farine di frutta secca (**foto C**), e mescolate ancora. Stendete il composto su un foglio di carta forno, cospargete con granella di nocciole e infornate a 190 °C per una decina di minuti. Levate e lasciate raffreddare.

4. Per la base semifreddo: in una planetaria lavorate i tuorli, unite lo zucchero e proseguite a montare fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungete infine lo zucchero fondente, a pezzetti e poco per volta, in modo tale che venga assorbito bene dal composto (che sarà pronto quando avrà triplicato il suo volume).

5. Per la mousse: fate sciogliere il cioccolato a 40 °C, aggiungete un mestolo di panna e mescolate energicamente (**foto D**). Unite la base semifreddo e alleggerite il tutto con la panna restante. Per la glassa: portate a bollore la panna con lo sciroppo di glucosio; versate sul cioccolato ed emulsionate bene. Lasciate raffreddare.

6. Per il montaggio: con uno stampo di acciaio rettangolare ricavate dalla dacquoise due rettangoli; inserite il primo rettangolo nello stampo, rivestito con una striscia di acetato (**foto E**). Con un sac à poche fate uno strato di mousse al cioccolato (**foto F**), disponete sopra il secondo rettangolo di dacquoise e completate con la crema leggera pralinata. Livellate con una spatola (**foto G**), trasferite in freezer e fate raffreddare. Sformate la torta e glassatela con il cioccolato fondente temperato (**foto H**). Decorate a piacere con sfoglie di cioccolato e cialde di caramello, e servite.

TUTTO in una TAZZINA

PENSATE PER ACCOGLIERE CAFFÈ E ALTRE BEVANDE CALDE, LE TAZZE IN VETRO TRASPARENTE O COLORATO SI TRASFORMANO IN COPPETTE TRENDY E ORIGINALI. PERFETTE PER SERVIRE DOLCI CREMOSITÀ AL CUCCHIAIO

di EMANUELA BIANCONI

1. Pensate per schiumosi cappuccini, le tazze *Ypsilon Brio Cappuccino* di **Bormioli** sono perfette anche per servire golosi dolci monoporzione. Prezzo: 3,35 euro. **2.** Le tazze per il punch di **Lsa International** sono perfette per servire il goloso tiramisù "cappuccino" di Gianluca Aresu. In vetro soffiato. Prezzo: 125 euro (per il set da 4 tazze più coppa). **3.** Con lo stampo *Choco Spoons* di **Silikomart** (linea Easy Choc) è possibile realizzare i cucchiaini in finissimo cioccolato. Prezzo: 6,90 euro. **4.** Avete voglia di un buon espresso? Gustatelo nei bicchierini per affogato al caffè di **Illy**. In vetro. Prezzo: 24 euro (per il set da due). **5.** Originale e contemporanea, la *tazza mug latte macchiato* di **Tescoma** è in vetro borosilicato. Ideale per il latte e per il caffè americano. Prezzo: 7,90 euro. **6.** Le tazze mug di **Tescoma** sono perfette anche per servire morbide golosità al cucchiaio in modo originale e scenografico. Prezzo: a partire da 5, 90 euro. **7.** Pratico e comodissimo, il vassoio di **Arti e Mestieri** è prodotto in metallo sagomato e laccato manualmente. Prezzo: 27 euro. **8.** Pensato per servire il caffè freddo, il bicchiere di **Illy** si presta anche per contenere squisite dolcezze al cucchiaio. Prezzo: 28 euro (per il set da due). **9.** Per dare un tocco di vivacità alla tavola, ecco le mug in vetro di **Bialetti**. Disponibili in diversi colori. Prezzo: 5,20 euro (l'una). **10.** Trasparenza ed essenzialità sono le caratteristiche delle tazzine in vetro di **Bialetti**. Prezzo: 4,20 euro (l'una).

ABBONATI!

SCEGLI L'OFFERTA FINO AL 60% DI SCONTO

12 NUMERI DI ALICE + 6 NUMERI DE I QUADERNI a soli 45,00 euro oppure 12 NUMERI + 12 NUMERI DE I COLORI DELLA CUCINA a soli 54,00 euro

Ricevere ALICE CUCINA comodamente a casa tua è facile e conviene. Con l'abbonamento a 12 numeri si ha diritto a ricevere gratuitamente 6 numeri de "**I Quaderni**" oppure 12 numeri de "**I Colori della Cucina**"

• COME ADERIRE ALL'OFFERTA

SMS

MANDA UN SMS AL NUMERO **331 9914493**
Inserisci i tuoi dati anagrafici e la pubblicazione.
COME ESEMPIO: ROSSI MARIO!VIA MILANO 3!00184!ROMA!RM!ALICE CUCINA!!QUADERNI oppure ICOLORI

INTERNET

COLLEGATI AL SITO **http://shop.ieoinf.it/sitcom**

TELEFONO

CHIAMA IL NUMERO **039 9991541**
Dal lunedì al venerdì, 9 -13/14 -18

FAX

INVIA UN FAX AL NUMERO **039 9991551**

CONTO CORRENTE

VERSAMENTO SUL C/C POSTALE N. **56427453** INTESTATO A:
Informatica e Organizzazione S.r.l.
Via F.lli Cernuschi, 22 - 23807 Merate (LC) (indicare causale)

POSTA

COMPILA E INVIA IL TAGLIANDO VIA POSTA (ANCHE FOTOCOPIA):

I MIEI DATI

COGNOME ____________________

NOME ____________________

VIA ____________________ N° ______

CAP. ______ LOCALITÀ ____________________ PROV ______

PRESSO ____________________

EMAIL ____________________

TEL. ____________________

I&O Informatica e Organizzazione S.r.l.
Via F.lli Cernuschi, 22 - 23807 Merate (LC)
Tel. 039 9991541 - Fax 039 9991551 (servizio cortesia)
Orari: 9 -13 / 14 -18 dal lunedì al venerdì

*Abbonamento per l'estero a 12 numeri (per i residenti della Zona1- Europa) al costo di 129,90 euro.

ALICE CUCINA + I QUADERNI

+

12 NUMERI + 6 NUMERI

INVECE DI **54,00** EURO +
12 NUMERI
32,40 EURO +
6 QUADERNI
22,32 EURO =
SPESE DI SPEDIZIONE

~~108,72~~ EURO

ALICE CUCINA + I COLORI DELLA CUCINA

+

12 NUMERI + 12 NUMERI

INVECE DI **106,80** EURO +
12 ALICE CUCINA
+ 12 COLORI
30,48 EURO =
SPESE DI SPEDIZIONE

~~137,28~~ EURO

IL MENSILE PIÙ RICCO + PAGINE FOTO RICETTE SCUOLE

MANGIATE la FOGLIA

SIMBOLO DEL RISVEGLIO DELLA NATURA, ERBE ED ERBETTE COME RADICCHIO SELVATICO, ORTICHE, E TARASSACO DIVENTANO PROTAGONISTE IN CUCINA. COMBINATE CON FORMAGGI, RICOTTA E ALTRE VERDURE DI STAGIONE, SI ESALTANO IN PIATTI IRRESISTIBILI, CHE PORTANO IN TAVOLA TUTTO IL SAPORE DELLA PRIMAVERA! GARANTISCE DANIELE PERSEGANI!

di EMANUELA BIANCONI; ricette di DANIELE PERSEGANI
foto e styling di ELISA ANDREINI

Ventagli di crêpes al radicchio selvatico

ANTIPASTO

Ingredienti (per 4-6 persone)

per le crêpes
1/2 l di latte
3 uova; 175 g di farina
burro; sale

per il ripieno
400 g di ricotta romana; 100 g di parmigiano
500 g di radicchio selvatico già mondato
1 porro; olio extravergine di oliva; sale e pepe

GUARDA ANCHE

Preparazione

1. Per le crêpes: in una ciotola setacciate la farina, versate metà del latte e mescolate; unite le uova, sbattute, una noce di burro fuso e un pizzico di sale. Aggiungete anche il latte restante e proseguite a lavorare. Al termine dovrete ottenere una pastella fluida. Coprite e fate riposare per un paio di ore.

2. Nel frattempo in una padella fate soffriggere il porro, tagliato a julienne, con un filo di olio; aggiungete il radicchio selvatico e lasciate insaporire bene. Regolate di sale e di pepe, quindi spegnete e lasciate raffreddare. Incorporate infine la ricotta e il parmigiano grattugiato.

3. Imburrate un padellino, versate un mestolino di pastella, ruotate il padellino, per velarlo in modo uniforme, e cuocete la crêpe da un lato. Girate e completate la cottura anche dall'altro lato. Proseguite allo stesso modo fino a esaurire la pastella. Farcite le crêpes, chiudetele a ventaglio e disponetele in una teglia. Cospargete con ciuffetti di burro e fate gratinare in forno a 190 °C per 15 minuti. Levate e servite.

ANTIPASTO

Erbazzone

Ingredienti (per 4 persone)

per la sfoglia
500 g di farina debole
100 g di strutto
bicarbonato di sodio
sale

per il ripieno
1 kg di erbette di campo o bietole già mondate; 150 g di parmigiano
1 spicchio di aglio; 2 cipollotti
10 fette di pancetta dolce stagionata
olio extravergine di oliva; sale e pepe

ALICE TV

Franca Rizzi e Daniele Pesegani sono in onda con il programma "CASA ALICE" tutti i giorni alle 18.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

1

PREPARATE LA SFOGLIA

In una ciotola fate la classica fontana con la farina; unite al centro lo strutto, una punta di bicarbonato e un pizzico di sale, e iniziate a impastare aggiungendo l'acqua fredda necessaria a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Dividetelo in due, formate dei panetti, copriteli con un canovaccio pulito e lasciateli riposare per un paio di ore.

2

PASSATE AL RIPIENO

Sciacquate accuratamente le erbette e tagliatele a julienne. In una padella fate rosolare l'aglio, schiacciato, e i cipollotti tritati con un filo di olio; aggiungete le erbette e fatele ripassare per una decina di minuti, regolando di sale e di pepe. Versate le erbette ripassate in un recipiente, aggiungete il parmigiano grattugiato e mescolate accuratamente.

STENDETE E FARCITE

Trascorso il tempo di riposo, stendete i due impasti fino a ottenere dei dischi; con il primo foderate uno stampo tondo a cerniera, farcite con il ripieno di erbette e livellate bene.
Chiudete con l'altro disco di pasta e sigillate bene i bordi.

4

COMPLETATE CON LA PANCETTA E INFORNATE

Bucherellate la superficie della torta con i rebbi di una forchetta; cospargete con la pancetta, tritata al coltello, infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 40 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate, lasciate intiepidire e servite.

GUARDA ANCHE

Rotolo di patate bicolore

PRIMO

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 kg di patate già lessate
150 g di spinaci già lessati
350 g di farina 00
40 g di parmigiano; 1 uovo
noce moscata
sale

per la salsa rossa
1 cipolla rossa
250 g di passata di pomodoro
40 g di parmigiano
100 g di ricotta; 1 ciuffo di basilico
olio extravergine di oliva

per la salsa bianca
1/2 l di latte; 50 g di burro
30 g di farina
60 g di pecorino
2 tuorli
sale e pepe

1

PREPARATE I DUE IMPASTI

Sbucciate le patate e passatele allo schiacciapatate raccogliendo la purea ottenuta su una spianatoia. Unite la farina, il parmigiano grattugiato, l'uovo e un pizzico di noce moscata e di sale, e lavorate fino a ottenere un impasto omogeneo. Strizzate gli spinaci, frullateli e passateli al setaccio per ottenere una crema liscia. Dividete l'impasto di patate a metà, aggiungete la crema di spinaci a una metà e amalgamate.

2

STENDETE E ARROTOLATE

Stendete i due impasti con un matterello per ottenere delle sfoglie non troppo sottili. Sovrapponete le due sfoglie e arrotolatele fino a ottenere un cilindro.

GUARDA ANCHE

3

LESSATE IL ROTOLO

Avvolgete il cilindro in un canovaccio pulito. Legate i bordi con spago da cucina, immergetelo in acqua salata e fatelo cuocere per 15 minuti. Una volta cotto, scolate il rotolo, liberatelo dal canovaccio e lasciatelo intiepidire. Per la salsa rossa: tagliate la cipolla a fette sottili e fatele appassire in una casseruola con un filo di olio. Aggiungete la passata di pomodoro e fate cuocere per 10-15 minuti. Al termine profumate con un po' di basilico spezzettato. Levate, unite il parmigiano e la ricotta, e amalgamate.

4

COMPLETATE E FATE GRATINARE

Per la salsa bianca: fate fondere il burro e unite la farina, mescolando con una frusta. Versate il latte e portate a bollore, sempre mescolando. Salate e proseguite la cottura fino a ottenere una besciamella della giusta densità. Levate e incorporate il pecorino, i tuorli e il pepe. Con un coltello bagnato tagliate il rotolo a fette spesse circa 2 cm. Distribuite le fette in due pirofile. Velate le prime con la salsa rossa e le seconde con la salsa bianca. Infornate a 180 °C per circa 20 minuti. Levate, portate in tavola e servite.

Gnocchi di ortiche al formaggio di fossa

(pag. 30)

PRIMO

Fuori in 60 secondi? Non esageriamo. Da Daniele Persegani, tante idee di menu per andare… "A tavola in 60 minuti". Nelle migliori librerie (Sitcom Editore,19,90 euro).

Risotto al pesto di rucola

(pag. 30)

Gnocchi di ortiche al formaggio di fossa

Ingredienti (per 4 persone)

per gli gnocchi
500 g di ricotta asciutta
150 g di farina 00
2 uova
150 g di ortiche già pulite
noce moscata
sale e pepe

per il condimento
40 g di burro
150 g di formaggio di fossa
pepe

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le ortiche e lessatele in acqua bollente e salata; scolatele, strizzatele per bene e infine tritatele. In una ciotola raccogliete la ricotta, la farina, le uova, le ortiche e un pizzico di noce moscata. Salate, pepate e amalgamate accuratamente. Con l'aiuto di due cucchiaini, tuffate l'impasto in acqua bollente e salata.

2. Appena gli gnocchi vengono a galla, scolateli e trasferiteli in una padella con il burro fuso spumeggiante. Profumate con una macinata di pepe e mantecate con il formaggio grattugiato (se necessario, aggiungete un goccio di acqua di cottura per ottenere una crema). Portate in tavola e servite.

Risotto al pesto di rucola

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di riso vialone nano
1 cipollotto
20 g di burro
1 bicchiere di vino bianco
800 ml di brodo vegetale
300 g di rucola
2 zucchine
1 spicchio di aglio
100 g di parmigiano
30 g di arachidi salate
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. In una casseruola fate rosolare il cipollotto tritato con il burro; unite il riso e fatelo tostare, quindi sfumate con il vino e portate a cottura aggiungendo il brodo man mano che viene assorbito. Sciacquate le zucchine, spuntatele e tagliatele a rondelle; in una padella fate rosolate l'aglio, schiacciato, con un filo di olio. Unite le zucchine, salate, pepate e fate cuocere per una decina di minuti.

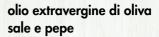
2. Scottate la rucola in acqua bollente e salata, quindi scolatela e fatela raffreddare in acqua e ghiaccio. Nel bicchiere del frullatore raccogliete le zucchine, la rucola, il parmigiano grattugiato, le arachidi e un pizzico di pepe. Frullate unendo a filo l'olio necessario a ottenere un pesto cremoso e omogeneo. A cottura ultimata, togliete il risotto dal fuoco e mantecate con il pesto ottenuto. Impiattate e servite.

Rotoli al tarassaco casatella e prosciutto affumicato

Ingredienti (per 4-6 persone)

per i rotoli
500 g di farina debole
100 g di strutto o olio extravergine di oliva
150 g di latte
1/2 cucchiaino di bicarbonato di sodio
sale

per la farcia
500 g di tarassaco già pulito
250 g di casatella
150 g di prosciutto cotto affumicato

olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Preparate le piadine: fate la classica fontana con la farina, unite al centro lo strutto, il latte, il bicarbonato e un pizzico di sale; impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Dividetelo in otto palline regolari, coprite con un canovaccio pulito e lasciate riposare per una mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete le palline di impasto abbastanza sottili e cuocetele in una piastra di ghisa o una padella antiaderente ben calda. Scottate il tarassaco in acqua bollente e leggermente salata, scolatelo bene e tritatelo grossolanamente; condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe.

3. Con un cucchiaio lavorate la casatella in una ciotola. Stendete una fetta di prosciutto sulla piadina e disponete sopra la casatella e il tarassaco. Arrotolate e servite.

SECONDO

Rotoli al tarassaco casatella e prosciutto affumicato

Con Daniele Persegani e il suo "L'occasione fa lo chef"... tutti possiamo diventare chef provetti! Nelle migliori librerie (LT Editore,19,90 euro).

Aprile

ALICE DAY BY DAY

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
30		1 Il pane nei vasetti per i fiori, la terra nei barattoli di pomodoro. Pesce d'aprile? Macché, due idee sorprendenti di Maria Elena Curzio! A pag. 38.	2	3 Dice che il primo sundae, coppa gelato, fu servito oggi nel 1892 a Ithaca, NY (Usa). Arricchite il vostro con un croccante home made (a pag. 181)!		5 Per il pranzo di Pasqua le lasagne sono perfette! Un'idea golosa sono quelle di pane carasau di pag. 89.
6 Tempo permettendo, oggi gita fuoriporta. Qualche suggerimento per il vostro cestino da picnic? Che ne dite dell'erbazzone di pag. 24?		8	9 Aprile dolce dormire. Magari, ma con tutti gli impegni che ci sono… Per un pieno di energia, niente di meglio che un buon centrifugato, come quelli di pag. 37.		11	12 La pasta fatta in casa è un'altra cosa. A pag. 72 un'idea golosa e primaverile che piacerà a tutti!
	14 Organizzate un goloso happy hour a casa vostra con i fiori di crocchette di pag. 68. Farete un figurone!	15	16	17 Brrr, che brividi, è venerdì 17! Per scacciare i cattivi pensieri le bombette fritte di pag. 161 sono proprio una… bomba!		19
20	21		23 Giovedì? Gnocchi! ça va sans dire. Preparati con ricotta e ortiche, e conditi con formaggio di fossa (come a pag. 28), sono davvero super!	24	25	26
27 Voglia di tenerezza? Soddisfatela con un goloso budino al cioccolato di Modica. La ricetta è a pag. 167	28	29	30	1	2	3

Putignano - BA - info (+39) 080 4934552 - dolcebonta.it

A TUTTO SPRING

APPROFITTATE DELLE PRIME DOMENICHE DI SOLE PER ORGANIZZARE UN PRANZO O UN BRUNCH ALL'ARIA APERTA. IL MENU, A BASSO COSTO E AD ALTISSIMA RESA, LO SUGGERISCE MARIA ELENA CURZIO CHE PER L'OCCASIONE REALIZZA PIATTI E BIBITE COLORATI E SFIZIOSI. CON TANTE IDEE *GREEN* E A IMPATTO ZERO PER PREPARARLE E SERVIRLE (PIÙ UNA DA REGALARE AI FORTUNATI OSPITI!)

a cura di **EMANUELA BIANCONI**; ricette di **MARIAELENA CURZIO***
foto e styling di **ELISA ANDREINI**

*Maria Elena Curzio, napoletana doc, è presidente e fondatrice dell'Associazione Nazionale Cuoche a Domicilio.
Il suo sito è www.associazionenazionalecuocheadomicilio.it

Menu di Primavera x 10 persone

CENTRIFUGATI

1 kg di carote	1,00 €
3 limoni, 5-6 foglie di menta	
zucchero di canna	(dispensa)
1 kg di fragole	2,50 €
400 ml di latte	0,80 €
1 cucchiaio di miele	(dispensa)
1 kg di mele	1,00 €
1 radice di zenzero fresco	1,00 €
1 vasetto di yogurt bianco	0,50 €
zucchero di canna	(dispensa)
2 vaschette di mirtilli	3,00
500 g di arance	0,50
2 banane	0,50

VASETTI FRAGRANTI

10 vasetti di coccio (da 6 cm di diametro)	5,00 €
50 g di burro	0,25 €
125 g di farina	0,25 €
125 g di manitoba	0,30 €
5 g di lievito di birra	0,25 €
1 uovo	0,80 €
semi di girasole, di lino e di sesamo	4,00 €
olio extravergine di oliva, erbe aromatiche, latte, sale, zucchero	(dispensa)

FESTA NELL'ORTO

5 patate grandi	0,50
100 g di formaggio di pecora a pasta dura (media stagionatura)	1,50
5 pomodori grandi da sugo	0,50
2 zucchine	0,30
2 cipollotti, 1 ciuffo di basilico qualche rametto di timo olio extravergine di oliva sale e pepe	(dispensa)

NUVOLA VERDE

600 g di ricotta vaccina o di pecora	4,50 €
200 g di fave già pelate	1,00 €
2 ciuffi di basilico	2,00 €
2 cucchiai di pinoli già pelati	1,00 €
100 g di pecorino	1,00 €
2 cipollotti, 2 spicchi di aglio, qualche stelo di erba cipollina, olio extravergine di oliva, sale e pepe	(dispensa)

LA NATURA CI FA RICCHI

800 g di mezze penne	1,00 €
100 g di yogurt compatto bianco naturale	0,50 €
la pellicina delle fave	(riciclo)
le estremità delle zucchine	(riciclo)
la parte verde dei cipollotti	(riciclo)
i semi e l'acqua di vegetazione dei pomodori	(riciclo)
la pellicina dei pomodori	(riciclo)
la scorza di 1 limone	(riciclo)
5-6 cucchiai di pangrattato qualche seme di coriandolo curcuma, olio extravergine di oliva, sale e pepe	(dispensa)

GLOBO TERRACQUEO

400 g di farina	0,50 €
500 g di pisellini freschi e teneri	1,00 €
15 fettine di salmone affumicato	5,00 €
700 g di latte	0,80 €
2 uova	1,60 €
1 yogurt bianco intero	1,00 €
1 limone, 1 ciuffo di menta, qualche rametto di aneto, burro, olio extravergine di oliva, sale e pepe	

A KM 0

400 g di scarti delle centrifughe	(riciclo)
400 g di farina 00	0,50 €
280 g di zucchero di canna	1,00 €
180 g di burro	1,00 €
260 g di latte, essenza di vaniglia, 2 bustine di lievito per dolci	(dispensa)

PROFUMO DI PRIMAVERA

800 g di carote	1,00 €
7 dl di panna fresca	4,00 €
2 dl di latte	1,50 €
50 g di mandorle tostate e tritate	1,00 €
1 stecca di vaniglia bourbon del Madagascar, 30 g di amido di mais	(dispensa)

Totale circa 50 euro

Centrifugato allo zenzero

Ingredienti

1 kg di mele; 1 radice di zenzero fresco
1 vasetto di yogurt bianco
2 cucchiai di zucchero di canna

Preparazione

Sciacquate accuratamente le mele, tagliatele in pezzi e centrifugatele insieme a un pezzetto di zenzero fresco; aggiungete lo zucchero e lo yogurt, mescolate accuratamente, distribuite nei barattolini di vetro o nei bicchieri di vetro e servite.

BEVUTO PRIMA DI PRANZO, È UN TOCCASANA PER DEPURARSI

QUESTO CENTRIFUGATO MIGLIORA IL COLORITO DEL VISO E RAFFORZA OSSA E DENTI

Centrifugato alle carote

Ingredienti

1 kg di carote
3 limoni
5-6 foglie di menta
1 cucchiaino di zucchero di canna

Preparazione

Sciacquate accuratamente le carote, la menta e i limoni; togliete a quest'ultimi la scorza e tenetela da parte (potete farla seccare in forno, quindi frullarla e conservarla in un barattolino di vetro). Centrifugate tutto e aggiungete eventualmente lo zucchero di canna. Mescolate, distribuite nei barattolini di vetro o nei bicchieri di vetro e servite.

Centrifugato ai mirtilli

Ingredienti

2 vaschette di mirtilli
500 g di arance
2 banane

Preparazione

Sciacquate accuratamente i mirtilli e sbucciate le arance, quindi centrifugate tutto. Sbucciate le banane, tagliatele a fettine, raccoglietele nel bicchiere del frullatore e frullate. Unite il frullato di banane al centrifugato, mescolate accuratamente, distribuite nei barattolini di vetro o nei bicchieri di vetro e servite.

QUESTO CENTRIFUGATO ELIMINA LE TOSSINE E DÀ ENERGIA.

QUESTO CENTRIFUGATO È DEPURATIVO E VITAMINICO. IL BASILICO AIUTA ANCHE AD ALLEVIARE IL MAL DI TESTA.

Centrifugato al basilico

Ingredienti

1 kg di fragole
5-6 foglie di basilico
400 ml di latte
1 cucchiaio di miele

Preparazione

Mondate e sciacquate accuratamente le fragole, quindi centrifugatele con le foglie di basilico. Aggiungete al centrifugato ottenuto il latte e il miele, mescolate accuratamente, distribuite nei barattolini di vetro o nei bicchieri di vetro e servite.

Vasetti fragranti - Panini cotti nei vasetti di coccio

Ingredienti

125 g di farina; 125 g di manitoba; 150 ml di latte
50 g di burro; 1 cucchiaino di sale; 1 cucchiaino di zucchero
5 g di lievito di birra; 10 foglie di basilico; 1 ciuffo di prezzemolo
qualche filo di erba cipollina; 1 uovo; semi di girasole
semi di lino; semi di sesamo; olio extravergine di oliva

vi servono inoltre

10 vasetti di coccio (da 6 cm di diametro); burro

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente i vasetti di coccio e metteteli a bagno in acqua fredda per una notte intera; asciugateli, spennellateli con un po' di burro fuso e infornateli vuoti a 200 °C per 20 minuti, quindi levateli. Sciogliete il lievito con un po' di latte tiepido e lo zucchero, quindi lasciate riposare per 5 minuti.

2. In una terrina capiente setacciate insieme le farine e unite al centro il lievitino, il burro, il latte restante, il sale, due cucchiai di olio e le erbe aromatiche tritate; impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, coprite con un canovaccio pulito e fate lievitare per circa due ore.

3. Dividete l'impasto in tante palline, distribuitele nei vasetti, non fino all'orlo, e lasciate lievitare per circa 30 minuti. Spennellate la superficie con l'uovo sbattuto e spolverizzateli a piacere con i semi. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 20-30 minuti (nel forno aggiungete anche una terrina piena di acqua). Levate e lasciate raffreddare. Guarnite con il prezzemolo e portate in tavola.

Festa dell'orto - Patate ripiene

Ingredienti

5 patate grandi
100 g di formaggio di pecora a pasta dura (media stagionatura)
5 pomodori grandi da sugo
2 zucchine; 2 cipollotti
1 ciuffo di basilico
qualche rametto di timo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le patate, tagliatele a metà nel senso della lunghezza e, aiutandovi con uno scavino, scavatele leggermente lasciando circa un cm di bordo. Tagliate a dadini la polpa di patate ricavata. Sciacquate le zucchine, spuntatele e fatele a dadini.

2. Sciacquate i pomodori, incideteli a croce e sbollentateli in acqua bollente per appena un minuto; scolateli, pelateli, tenendo da parte la pellicina, privateli dei semi e dell'acqua di vegetazione e tagliateli a cubetti (tenete da parte anche i semi e l'acqua di vegetazione).

3. In una casseruola fate appassire i cipollotti tritati con un filo di olio; unite le patate e le zucchine, bagnate con un goccio di acqua e lasciate stufare per circa 15-20 minuti. Regolate di sale e di pepe, e profumate con le erbe aromatiche spezzettate.

4. Avvolgete le patate nella carta alluminio e infornate a 200 °C per almeno 20 minuti (dovranno risultare morbide, ma non sfatte). Levate, farcite con le verdure stufate, spolverizzate con il formaggio a scaglie, guarnite con il basilico e servite.

Nuvola verde - **Ricotta con verdure**

Ingredienti

600 g di ricotta vaccina o di pecora
200 g di fave già sgranate; 2 ciuffi di basilico
2 cucchiai di pinoli già pelati; 100 g di pecorino; 2 cipollotti
2 spicchi di aglio; qualche stelo di erba cipollina
1 dl e 1/2 di olio extravergine di oliva (preferibilmente toscano, della cultivar leccino); sale e pepe

Preparazione

1. Pulite le foglie di basilico con un panno umido e raccoglietele nel bicchiere di un mixer con gli spicchi di aglio, metà pinoli, il pecorino grattugiato, l'olio e un pizzico di sale e di pepe; frullate fino a ottenere un pesto omogeneo e cremoso.

2. Scottate le fave in acqua bollente e salata per due minuti, quindi scolatele ed eliminate la pellicina (tenetela da parte per un'altra preparazione). Tritate la parte bianca dei cipollotti. In una ciotola raccogliete il pesto, i cipollotti, i pinoli restanti e l'erba cipollina tagliuzzata finemente, e mescolate accuratamente.

3. Distribuite la ricotta nei vasetti di vetro, aggiungete le fave scottate e cospargete tutto con il pesto. Guarnite con qualche fogliolina di basilico e servite.

La natura ci fa ricchi - Mezze penne con verdure ed erbe aromatiche

Ingredienti

800 g di mezze penne
100 g di yogurt compatto bianco
la pellicina delle fave (riciclo)
le estremità delle zucchine (riciclo)
la parte verde dei cipollotti (riciclo)
i semi e l'acqua di vegetazione dei pomodori (riciclo)
la pellicina dei pomodori (riciclo)
la scorza di 1 limone (riciclo)
5-6 cucchiai di pangrattato
qualche seme di coriandolo
curcuma
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sbollentate gli scarti delle fave, delle zucchine e dei cipollotti in acqua calda e leggermente salata, quindi scolateli e raccoglieteli nel bicchiere del frullatore. Unite i semi e l'acqua di vegetazione dei pomodori, un filo di olio, lo yogurt e un pizzico di sale e di pepe, e frullate fino a ottenere una salsa omogenea.

2. Preparate una panatura con il pangrattato, i semi di coriandolo pestati e un pizzico di curcuma e di sale; aggiungete alla panatura la pellicina dei pomodori e la scorza del limone grattugiata, e mescolate. Disponetela in una teglia, rivestita con carta forno, e passate in forno caldissimo per appena 5 minuti. Levate e tenete da parte.

3. Lessate la pasta in acqua bollente e salata; scolatela e conditela con la salsa (se necessario, aggiungete qualche cucchiaio di acqua di cottura della pasta). Distribuite nei barattolini di vetro, guarnite con la panatura croccante e servite.

Globo terracqueo - Pancake di piselli al salmone

Ingredienti

400 g di farina; 500 g di piselli freschi e teneri
15 fettine di salmone affumicato; 700 g di latte
2 uova; 1 limone; 1 ciuffo di menta
qualche rametto di aneto; 1 yogurt bianco intero
burro; olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sgranate i piselli, tenendo da parte i baccelli teneri, e lessateli in acqua bollente e salata, quindi frullateli con un mestolo della loro acqua di cottura. Private i baccelli del filo, sciacquateli accuratamente, tagliateli a striscioline sottili e conditeli con un filo di olio, il succo del limone e un pizzico di sale e di pepe.

2. Mescolate la farina con le uova, diluite con il latte e la crema di piselli e regolate di sale e di pepe. Amalgamate fino a ottenere una pastella dalla consistenza piuttosto densa.

3. Imburrate un padellino antiaderente, mettete sul fuoco e fate scaldare bene; versate un mestolo di impasto e fate cuocere tre minuti per lato. Levate e proseguite a realizzare gli altri pancake fino a esaurimento della pastella.

4. Insaporite lo yogurt con le erbe aromatiche tritate e qualche goccia di succo di limone; create un letto di baccelli, disponete sopra i pancake e completate con un cucchiaio di yogurt, una fettina di salmone e un po' di aneto. Portate in tavola e servite.

A km 0 - Muffin dolci con gli scarti dei centrifugati

Ingredienti

400 g di scarti delle centrifughe (riciclo)
400 g di farina 00 (o 300 g di farina 00 e 100 g di grano saraceno)
280 g di zucchero di canna
180 g di burro fuso
260 g di latte
1 cucchiaino di acqua di essenza di vaniglia
2 bustine di lievito per dolci

Preparazione

1. In una ciotola mescolate tutti gli ingredienti liquidi e miscelate quelli secchi in un'altra; uniteli e amalgamate velocemente con un cucchiaio di legno. Distribuite il composto in uno stampo per muffin, rivestito con i pirottini di carta, e infornate a 180 °C per circa 20 minuti.

2. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate raffreddare (fate comunque la prova stecchino). Portate in tavola e servite.

Profumo di primavera - Crema dolce di carote alla vaniglia

Ingredienti

800 g di carote
30 g di amido di mais
7 dl di panna fresca; 2 dl di latte
50 g di mandorle tostate e tritate
1 bacca di vaniglia bourbon del Madagascar
50 g di zucchero
zucchero alla vaniglia
sale

Preparazione

1. Spuntate e pelate le carote, quindi tagliatele a rondelle e sbollentatele in acqua leggermente salata per 15 minuti; scolatele e raccoglietele nel bicchiere del mixer con il latte, l'amido e lo zucchero.

2. In una casseruola raccogliete la panna e i semi della bacca di vaniglia, quindi mettete sul fuoco e portate a bollore; unite la purea di carote e fate cuocere per un minuto. Levate, distribuite nei bicchierini e lasciate riposare in frigorifero per 2 ore. Al momento di servire, cospargete con la granella di mandorle e un po' di zucchero alla vaniglia.

La spezia del mese

Oltre alle ben note proprietà aromatiche, la vaniglia ha proprietà stimolanti e tonificanti per lo stomaco e l'intestino. Si utilizza dividendo la bacca in due nel senso della lunghezza e prelevando i semini interni. La bacca si conserva in un barattolo di alluminio oppure in quello dello zucchero (in questo caso avrete anche uno zucchero leggermente aromatizzato alla vaniglia).

Idea regalo - Per gli ospiti

Sciacquate accuratamente delle lattine in alluminio dei pomodori pelati, fate dei buchini sul fondo e riempitele di terra con i semini dei pomodori. Confezionatele con un nastrino rosso e guarnite infine la superficie con un pomodorino.

Gnocchi alla parigina alla panna (pag. 52)

TUTTA panna!

VERSATILE E SEMPRE PRONTA ALL'USO, LA PANNA – SIA FRESCA SIA DA CUCINA – SI DIMOSTRA UNA PREZIOSISSIMA ALLEATA IN CUCINA. INSOSTITUIBILE NELLA PASTICCERIA E IDEALE PER CONDIRE, LEGARE E GRATINARE PRIMI, CARNI E VERDURE, È IN GRADO DI DARE UN TOCCO DI GUSTO E RAFFINATEZZA A QUALUNQUE PREPARAZIONE. PAROLA DI MONICA BIANCHESSI

a cura della redazione; ricette di MONICA BIANCHESSI - foto di SILVIA CENSI

Petto di faraona alla panna con verdure primavera (pag. 52)

Gnocchi alla parigina alla panna

Ingredienti (per 4 persone)

per gli gnocchi
250 ml di latte
100 g di burro
150 g di farina 00
1 pizzico di noce moscata
4 uova
2 cucchiai di parmigiano grattugiato
sale

per la fonduta
400 g di panna fresca
40 g di burro
40 g di farina 00
1 pizzico di noce moscata
2 g di sale
pepe

vi servono inoltre
100 g di parmigiano grattugiato
burro

Preparazione

1. Preparate gli gnocchi: versate il latte in una casseruola, mettete sul fuoco e portate a bollore; aggiungete un pizzico di sale e di noce moscata, e il burro. Setacciate la farina, togliete la casseruola dal fuoco e versatela, in un colpo solo, nel liquido bollente amalgamando con un cucchiaio di legno. Lavorate il composto fino a che sarà liscio e omogeneo, togliete dal fuoco e lasciate intiepidire.

2. Nel frattempo preparate la fonduta: in una casseruola mettete il burro e fatelo fondere su fiamma dolce; una volta sciolto, unite la farina e amalgamate accuratamente. Dopo un minuto, versate la panna e fate cuocere, mescolando in continuazione con una frustina fino a ottenere una besciamella densa e omogenea. Una volta pronta e sempre mescolando, aggiungete il sale e profumate con una macinata di pepe e un pizzico di noce moscata. Tenete da parte.

3. Riprendete il composto degli gnocchi e incorporate le uova, uno alla volta, e infine il parmigiano grattugiato. Trasferite il composto degli gnocchi in un sac à poche con bocchetta grossa e liscia e fatelo cadere a pezzetti di tre cm circa nell'acqua bollente e salata. Cuocete gli gnocchi per pochi minuti dopo la ripresa del bollore, controllando che siano sodi.

4. Scolateli e trasferite gli gnocchi in quattro piccole pirofile ben imburrate; copriteli con la fonduta alla panna e con il parmigiano grattugiato. Infornate a 200 °C e fate gratinare finché gli gnocchi si gonfieranno e prenderanno un bel colore dorato. Levate e servite.

Petto di faraona alla panna con verdure primavera

Ingredienti (per 4 persone)

500 ml di panna da cucina
2 petti di faraona
400 g di champignon
50 ml di brandy
1 noce di burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per le verdure primavera
10 asparagi verdi
1 carciofo
1 finocchio
2 rametti di aneto
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Preparate le verdure: lavate le verdure e mondatele. In una padella antiaderente mettete i carciofi, tagliati a spicchi, con due cucchiai di olio e 20 ml di acqua. Fate cuocere a fuoco vivo per tre minuti, quindi aggiungete gli asparagi, tagliati a rondelle, regolate di sale e fate saltare per pochi minuti. Spegnete e fate intiepidire.

2. Nel frattempo, aiutandovi con una mandolina, affettate finemente il finocchio e raccoglietelo in una terrina con l'aneto. Unite i carciofi e gli asparagi ormai tiepidi, mescolate accuratamente e tenete da parte.

3. Per la faraona: riducete i petti di faraona a pezzi regolari, quindi salateli e pepateli. In un tegame fate scaldare l'olio e il burro, unite la carne e fatela dorare da tutti i lati, mescolando di continuo. Unite 2 cucchiai di brandy, coprite e fate cuocere per due minuti.

4. Nel frattempo mondate i funghi dalla parte terrosa, lavateli e tagliateli a quarti. Fate scaldare un cucchiaio di olio in una padella antiaderente, unite i funghi e fateli saltare per pochi minuti. Regolate di sale e spegnete.

5. Unite i funghi alla faraona, versate il resto del brandy e la panna, mescolate e fate scaldare il tutto a fuoco lento. Profumate con una macinata abbondante di pepe e servite la carne accompagnandola alle verdure primavera.

In libreria "I dolci fatti in casa": da Monica Bianchessi tante ricette facili e veloci per dolci supergolosi! (Sitcom Editore, 19,90 euro).

Gratin di patate bianche e cipolle

Ingredienti (per 4 persone)

500 ml di panna fresca
3 patate bianche medie
2 cipolle dorate
150 ml di latte
200 g di fontina
40 g di parmigiano grattugiato
1 pizzico di noce moscata
1 spicchio di aglio
burro
sale e pepe

Preparazione

1. Preriscaldate il forno a 180 °C. Nel frattempo prendete quattro piccole pirofile monoporzione, passate all'interno uno spicchio di aglio e imburratele. Sbucciate le patate e le cipolle e, con l'aiuto di una mandolina, affettatele sottilmente. Raccogliete le verdure in una ciotola, condite con un pizzico di sale e profumate con una macinata di pepe e di noce moscata. Mescolate accuratamente.

2. Grattugiate la fontina, unitela alle verdure e mescolate il tutto per bene. In un pentolino versate il latte e la panna, mettete sul fuoco e fate intiepidire. Distribuite le verdure all'interno delle pirofile imburrate e coprite con il latte e la panna tiepidi.

3. Cospargete la superficie con il parmigiano grattugiato e con qualche fiocchetto di burro. Coprite le pirofile con un foglio di alluminio e infornate per circa 20 minuti, quindi levate il foglio di alluminio e fate gratinare. Quando la superficie sarà ben dorata, levate e lasciate intiepidire. Sformate nei piatti da portata e servite.

Budino di riso panna e cannella

Ingredienti (per 4 persone)

600 ml di panna fresca
200 g di riso per minestre
400 ml di latte
120 g di zucchero
1 bacca di vaniglia
1 pizzico di cannella

Preparazione

1. Con la punta di un coltello aprite la bacca di vaniglia a metà nel senso della lunghezza. Lavate rapidamente il riso e scolatelo accuratamente. In un tegame dal fondo spesso raccogliete la panna, il latte e la bacca di vaniglia, mettete sul fuoco e portate a ebollizione.

2. Una volta arrivato al bollore, versate il riso a pioggia e fate cuocere per 20 minuti su fuoco bassissimo, mescolando di tanto in tanto come per un normale risotto. Unite lo zucchero, amalgamate per bene, coprite e lasciate sul fuoco per altri due minuti sempre a fiamma bassa.

3. Eliminate la bacca di vaniglia, distribuite il risotto in coppette individuali e lasciate raffreddare. Cospargete con un pizzico di cannella e servite.

INVASATI!

LO CHEF FABIO CAMPOLI REALIZZA VERE E PROPRIE MAGIE IN CUCINA. GRAZIE ALLA VASOCOTTURA – TECNICA CHE CONSENTE DI MANTENERE INALTERATE PROPRIETÀ E CARATTERISTICHE DEGLI ALIMENTI – E A UN COPERCHIO... DAVVERO MAGICO, CI SORPRENDE CON FRAGRANZE E SAPORI IRRESISTIBILI, RACCHIUSI IN ELEGANTI VASETTI E SVELATI SOLO AL MOMENTO DELL'ASSAGGIO...

a cura della redazione; ricette di **FABIO CAMPOLI** - foto di **ANTONELLA ARAVINI**

ALICE TV

Fabio Campoli è in onda con il programma "MAGIE DI CUCINA". Tutti i giorni alle 20.00, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

CONSIGLI

1. Pur non trattandosi della preparazione di un risotto, tostate comunque il riso: in questo modo manterrà meglio la struttura in cottura.

2. Anche per i vostri sughi casalinghi, provate ad arricchire una semplice passata di pomodoro in bottiglia con del pomodoro fresco a cubetti. Ne risulterà un sugo più corposo e profumato.

✱ *POMODORI AL RISO "SCOMPOSTI", COTTI E SERVITI NEL VASETTO: UN CLASSICO DELLA TRADIZIONE ROMANA RIVIVE IN TUTTA LA MODERNITÀ E L'ORIGINALITÀ DEL VETRO*

FutuRiso
(pag. 58)

SCUOLA DI CUCINA

FutuRiso

Ingredienti (per 6 barattoli da 200 g l'uno)

120 g di riso superfino arborio
300 g di passata di pomodoro
150 g di pomodoro
6 foglie di basilico
1 ciuffo di nepitella
1 cucchiaio raso di origano
vino bianco
burro
olio extravergine di oliva
sale

1 TOSTATE IL RISO

In una casseruola fate fondere una noce di burro; aggiungete il riso e fatelo tostare, mescolando in continuazione, fino a quando i chicchi saranno traslucidi e lucenti.

2 SFUMATE CON IL VINO

Bagnate con un po' di vino bianco e lasciate evaporare. Spegnete il fuoco, trasferite il riso in un recipiente, lasciatelo raffreddare e tenetelo da parte.

3 PREPARATE IL CONDIMENTO

In un altro recipiente raccogliete la passata di pomodoro, 180 g di acqua, il pomodoro fresco, tagliato a cubetti, l'origano, un pizzico di sale, 60 g di olio e le foglie di basilico, spezzettate. Mescolate accuratamente.

4

AGGIUNGETE IL RISO
Unite il riso al composto
al pomodoro e mescolate per bene.

DISTRIBUITELO NEI VASETTI
Con l'aiuto di un mestolo,
distribuite il composto ottenuto
nei barattoli in vetro.

6

VERSATE L'ACQUA NELLA PENTOLA
Chiudete i vasetti e disponeteli in una casseruola. Ricopriteli completamente di acqua fino al coperchio, portate a bollore e cuocete il riso a fuoco dolce per circa 35 minuti. L'acqua dovrà solamente sobbollire durante la cottura.

FATE RIPOSARE IL RISO E POI SERVITE
Trascorso il tempo di cottura, spegnete e lasciate riposare i vasetti di riso per qualche minuto nell'acqua. Levate e fate riposare per altri 15 minuti a temperatura ambiente. Servite il riso ancora caldo, condito con un filo di olio a crudo e guarnito con qualche fogliolina di nepitella.

Trasparenza d'aMare

Ingredienti (per 6 barattoli da 200 g l'uno)

18 alici fresche; 120 g di calamaro
6 gamberi; 240 g di zucchine
carote e finocchi già mondati; sale

per la citronette
30 g di succo di limone
30 g di olio extravergine di oliva

*

PER UN ANTIPASTO SEMPLICE E D'EFFETTO, PERCHÉ NON SCEGLIERE DI RACCHIUDERE PROFUMI DI MARE E DI TERRA IN UN ELEGANTE VASETTO?

Preparazione

1. Pulite il pesce: diliscate le alici, apritele a libretto e sciacquatele accuratamente; spellate e tagliate il calamaro ad anelli, quindi sgusciate i gamberi ed eliminate il filamento scuro dell'intestino. Condite il pesce con un pizzico di sale e tenete da parte.

2. Tagliate a julienne le verdure e conditele con un pizzico di sale. Disponete il pesce lungo le pareti dei vasetti, come a formare un "acquario", e riempite il centro con le verdure a julienne. Preparate una citronette con il succo di limone e l'olio, e versatela nei vasetti.

3. Chiudete ermeticamente i vasetti e disponeteli in una casseruola piena di acqua bollente. Lasciate cuocere i vasetti a fuoco dolce, facendoli sobbollire, per circa 8 minuti. Trascorso il tempo di cottura, spegnete il fuoco e lasciate riposare i vasetti per qualche minuto nell'acqua.

4. Aprite i vasetti, distribuite il pesce e le verdure nei piatti fondi e portate in tavola. Potete servire il vasetto anche chiuso, lasciando il piacere di aprirlo a ciascun commensale.

Invasate

✱ IL VETRO IN CUCINA PER IMPRIGIONARE (E PRESERVARE) TUTTI I PROFUMI E I SAPORI DELL'ORTO

Ingredienti (per 2 barattoli da 500 g)

1 kg di zucchine
2 cipolle bianche
2 bicchieri di aceto
2 bicchieri di olio di mais
1 cucchiaio di sale grosso
1 cucchiaio di zucchero
1 pizzico di origano

Preparazione

1. In una casseruola raccogliete l'aceto, l'olio di mais, il sale e lo zucchero, mettete sul fuoco, portate a bollore e lasciate cuocere a fuoco dolce, come fosse un brodo. Affettate finemente le cipolle; sciacquate le zucchine, spuntatele, eliminate un po' della parte centrale e fatele a listerelle.

2. Mettete le verdure nel liquido di cottura, profumate con l'origano e lasciate cuocere per circa quattro minuti. Spegnete il fuoco e lasciate raffreddare le verdure nel loro liquido per qualche minuto. Distribuitele nei vasetti, chiudeteli ermeticamente e fateli bollire in una casseruola piena di acqua per almeno dieci minuti. Trascorso questo tempo, spegnete e lasciate raffreddare completamente. Conservate i vasetti in un luogo fresco e asciutto.

In3pido

Ingredienti (per 8-10 vasetti da 150 g l'uno)

1 l di panna fresca; 10 tuorli
160 g di zucchero; 100 g di zucchero di canna
5 g di amido di mais; cannella in polvere
noce moscata in polvere; 1 bacca di vaniglia
frutta mista a cubetti

Preparazione

1. Preparate lo zucchero caramellato: in un pentolino raccogliete 30 g di acqua, mettete sul fuoco e fate scaldare. Versate lo zucchero di canna e, senza mai mescolare, fate sciogliere fino a ottenere un caramello di colore bruno. Distribuite il caramello caldo sul fondo dei barattoli di vetro (lasciatelo raffreddare bene prima di ricoprirlo con il composto alla panna).

2. Portate a bollore la panna con i semi della bacca di vaniglia e un pizzico di cannella e di noce moscata; a parte con una frusta mescolate i tuorli con lo zucchero e l'amido di mais, senza montarli. Aggiungete la panna bollente e stemperate sempre con l'aiuto della frusta, rimuovendo la schiuma superficiale con una schiumarola. Versate la crema ottenuta nei barattoli e chiudeteli.

3. Disponete i barattoli in una casseruola, copriteli completamente di acqua fino al coperchio, portate a bollore e cuocete la crema a fuoco dolce per circa 15 minuti (l'acqua dovrà solamente sobbollire durante la cottura).

4. Trascorso il tempo di cottura, spegnete il fuoco e lasciate riposare i barattoli nella casseruola per qualche minuto. Aiutandovi con un canovaccio, toglieteli dall'acqua e lasciateli raffreddare a temperatura ambiente, quindi trasferiteli in frigorifero per almeno due ore. Servite i dessert nei barattoli ben freddi, accompagnandoli con una macedonia di frutta fresca.

*

UN DESSERT AL CUCCHIAIO DELICATO PERCHÉ COTTO A BAGNOMARIA, INTENSAMENTE PROFUMATO E RESO ANCOR PIÙ GOLOSO DALLA PANNA MONTATA E LA FRUTTA FRESCA

EXTRA RICETTE

Riso pilaf lamelle di carne e fettuccine di verdure

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di riso integrale
1 cipolla
300 g di fettine di vitello
200 g di carote
200 g di zucchine
100 g di peperoni
100 g di sedano
chiodi di garofano
burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Pulite la cipolla, tagliatela a metà e steccatela con qualche chiodo di garofano; raccoglietela in una casseruola e fatela tostare senza aggiungere liquidi. Aggiungete una noce di burro, il riso e 500 g di acqua fredda, coprite con Magic Cooker e lasciate cuocere per assorbimento per circa 35 minuti.

2. Una volta cotto, togliete il riso dal fuoco, cospargete con qualche ciuffetto di burro, coprite e lasciate riposare per un minuto, quindi levatelo dalla casseruola e tenetelo da parte in caldo.

3. Tagliate le fettine di carne a lamelle e conditele con un pizzico di sale e di pepe, e due cucchiai di olio. Mettete sul fuoco una casseruola, disponete la carne e fate cuocere con il Magic Cooker per una decina di minuti su fiamma vivace. Una volta pronta, tenete da parte in caldo.

4. Mondate e sciacquate le verdure; con un pelapatate ricavate tante fettuccine e conditele con un pizzico di sale e due cucchiai di olio. Fatele saltare nella stessa casseruola della carne per qualche minuto. Impiattate e servite tutto caldo.

Sformato di riso verde al salto

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di riso parboiled
1,5 kg di spinaci, bieta e cicoria già mondati; 500 g di mozzarella
60 g di porro; 4 uova
110 g di parmigiano; pangrattato
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Condite le verdure con un pizzico di sale e quattro cucchiai di olio. Tritate il porro, unitelo alle verdure e mescolate. Trasferitele in una pentola senza aggiungere acqua, coprite con il Magic Cooker e fate appassire su fuoco basso. Versate un litro e mezzo di acqua, portate a bollore e regolate di sale.

2. Con un frullatore a immersione frullate tutto fino a ottenere una crema omogenea. Aggiungete il riso, mescolate e portate nuovamente a bollore su fiamma alta. Abbassate il fuoco e lasciate cuocere, coperto con Magic Cooker, per circa 25 minuti, senza mescolare.

3. Trasferite il riso in un recipiente e lasciatelo raffreddare; incorporate le uova, la mozzarella a dadini e 80 g di parmigiano grattugiato. Prendete il kit forno Magic Cooker: ungete una teglia rotonda con due cucchiai di olio e cospargete con il pangrattato. Versate all'interno il composto di riso e livellatelo per bene.

4. Mettete la pentola sul fuoco con l'omino ad altezza 5 cm e sopra adagiate la teglia con lo sformato di riso. Cuocete a fiamma medio-bassa, coprendo con il Magic Cooker, per circa 30 minuti. Lasciate riposare, quindi sformate, cospargete con il parmigiano restante a scaglie e servite tagliato a fettine.

I RISTORANTI SELEZIONATI DA FERRARELLE.

BMODE

Il Bmode nasce dall'esperienza dell'ex D Wine elegante winebar e il Birrificio Irpino di Manocalzati, del quale porta nel nome la "B", prima azienda irpina produttrice di birra artigianale di qualità. I sapori tipici si fondono in una location dal design moderno ed elegante con ampi spazi, la cucina a vista ed il lunghissimo bancone che apre l'angolo winebar con vini italiani ed esteri da accompagnare a salumi, formaggi e carni selezionate. Un nuovo modo di concepire la ristorazione e lo stare insieme bevendo cocktail. Il luogo ideale per organizzare eventi. La chef spazia dalla cucina tipica irpina, rivisitata, a piatti moderni, con le migliori materie prime. Oltre 20 specialità di pizza, preparate da un noto maestro pizzaiolo campano e cotte in forno a legna, accompagnate dalle birre del Birrificio Irpino.
Il Bmode nasce dalla passione di giovani imprenditori: Antonio, Daniele e Stefano Doria, Enzo Musto, Generoso e Stanislao Lombardi.

Bmode
Via Aldo Pini ,10 - traversa Via Colombo - Avellino
Tel 0825 1930779
www.bmode.net
Facebook Bmode - Birrificio, Bar, Ristorante, Pizzeria
Aperto a pranzo e a cena 13.00 - 15.00 | 20.00 - 2.00

TABERNA DEL PRINCIPE

"Taberna del principe" nasce nel mese di gennaio del 2013 in un piccolo paesino della bassa Irpinia a Sirignano.
Da un' idea di Arvonio Giovanni chef/patron che dopo un po' di esperienze in giro per ristoranti, pensa con la complicità di tutta la famiglia di aprire questo piccolo ristorantino con pochi posti e tanta voglia di proporre una cucina che guarda al territorio campano, ma non solo.
Piatti elaborati con tecnica e innovazione, cercando di riportare in vita ricordi di un tempo in chiave moderna. Una cucina del territorio elaborata con tanta passione alla ricercatezza delle materie prime, che privilegiano la qualità e la stagionalità.

Taberna Del Principe
Via Nazionale delle Puglie, 90 - 83020 Sirignano (AV)
Tel 320 8499919

RISTORANTE ANIMA MIA

Il posto migliore per sentirsi a casa.
La buona cucina della nonna, rielaborata grazie ad eccellenti materie prime, ormai dimenticate da noi consumatori.
Il sapore di un ricordo, il profumo di un amore.
La nostra terra, la nostra Italia.
La mia anima sarà anche un po' vostra.

Ristorante Anima Mia
Via Della stazione, 36 - 00041, Cecchina (Roma)
Tel 06 93495068
Facebook AnimaMia

SUA MAESTÀ LA PIZZA

Nuova Pizzeria gourmet e Ristorante di Vincenzo Varlese, un grande ed autentico Maestro della pizza, Presidente dell'Accademia pizzaioli nel mondo, ma anche fine uomo di cucina e tavole imbandite. Un locale, ove magistralmente Vincenzo alterna pizze del tutto uniche, in preparazione e farcitura, e piatti di bella tradizione campana.

Sua Maestà la Pizza
C.so Italia, 79 - Pontecagnano (Sa)
Tel 089 2961196 - Cell 366 1384683

BOCCUCCIA DI ROSA

Michele ed Andrea, fratelli e titolari del Ristorante e Pizzeria Boccuccia di Rosa, da oltre 10 anni deliziano il vostro palato, dandovi l'opportunità di gustare le loro specialità preparate secondo le antiche ricette della cucina tipica partenopea.

Boccuccia di Rosa
Via Milite Ignoto, 11 - 80078 Pozzuoli (Na)
Tel 081 5269494
www.pizzeriaboccuccidirosa.com

DEGUSTA

Locale elegante e raffinato dal designe moderno che al suo interno coniuga tradizione e qualità.
La cucina, la pizzeria e bistro creano un blend di sapori espressione di un territorio, quale quello Irpino.

Degusta
Via Ammiraglio Ronca, 35 - Avellino
Tel 0825 781745

Liscia, Gassata o Ferrarelle?

CROCKETTE

IRRESISTIBILE CIBO DI STRADA DI CREAZIONE (DICE) PARTENOPEA, LE CROCCHETTE HANNO BEN PIÙ DI UN PERCHÉ ANCHE TRA LE MURA DI CASA! QUI LE PROPONIAMO IN QUATTRO VERSIONI DIVERSE PER IMPASTI, FARCITURE E FORME: UN VERO E PROPRIO CONCERTO DI SAPORI DOVE IL GUSTO FA ROCK, PARDON CROCK!

di FMB - foto di SILVIA CENSI

Fiori di crocchette ai fiori di zucca

Ingredienti (per 4-6 persone)

500 g di patate già lessate; 4-5 zucchine; 3 uova; 12 fiori di zucca; 1/2 limone; 1 rametto di origano; 1 rametto di timo latte; pangrattato; parmigiano grattugiato; olio extravergine di oliva; olio di semi di arachide; sale e pepe

Preparazione

1. Passate le patate allo schiacciapatate, raccogliendo il passato in una ciotola. Mondate i fiori di zucca, quindi passateli con un foglio di carta assorbente da cucina leggermente inumidito. Lavate le zucchine, spuntatele e tagliatele a tocchetti. Scaldate un filo di olio in una padella, aggiungete le zucchine e lasciatele insaporire per qualche minuto. Unite i fiori di zucca e proseguite la cottura per un paio di minuti ancora. Levate e lasciate intiepidire.

2. Aggiungete zucchine e fiori di zucca alle patate, unite due uova, 4-5 cucchiai di parmigiano e mescolate. Regolate di sale e di pepe, e amalgamate. Coprite e mettete in frigo per mezz'ora.

3. Stendete il composto in un rettangolo spesso 3 cm, quindi con un coppapasta a forma di fiore ritagliate tante crocchette. Versate in una ciotola 4-5 cucchiai di pangrattato. Aggiungete la scorza grattugiata del limone, profumate con un po' di origano e di timo tritati, e amalgamate. Passate le crocchette nell'uovo rimasto, leggermente sbattuto con un cucchiaio di latte, e quindi nella panatura aromatica.

4. Friggete le crocchette in abbondante olio di semi ben caldo. Man mano che sono pronte, scolatele su un foglio di carta assorbente da cucina. Al termine, salate, pepate e servite.

Crocchettine mortadella e scamorza affumicata in panatura al pistacchio

Ingredienti (per 4-6 persone)

500 g di patate
200 g di mortadella
100 g di scamorza affumicata
3 uova
50 g di granella di pistacchi
latte
parmigiano grattugiato
farina
pangrattato
noce moscata
olio di semi di arachide
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate le patate, lessatele in abbondante acqua bollente leggermente salata per 30 minuti a partire dal bollore. Scolatele, sbucciatele e passatele allo schiacciapatate, raccogliendo il passato in una ciotola.

2. Aggiungete due uova e la mortadella, tritata. Unite 3-4 cucchiai di parmigiano e amalgamate. Regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e una grattugiata di noce moscata e amalgamate ancora.

3. Modellate tante crocchette rotonde un po' più piccole di una pallina da ping pong, inserite nel centro di ogni crocchetta 1-2 dadini di scamorza affumicata, ricompattatele, passatele in un po' di farina setacciata, mettete in frigorifero e lasciate riposare per una mezz'ora.

4. Trascorso il tempo, miscelate 4-5 cucchiai di pangrattato con la granella di pistacchi. Passate le crocchettine nell'uovo rimasto, sbattuto con un cucchiaio di latte, e quindi nella miscela di pangrattato. Scaldate abbondante olio di semi in una padella e friggete le crocchette. Man mano che sono pronte, scolatele su un foglio di carta assorbente da cucina. Al termine, salate, portate in tavola e servite.

Crocchette di patate con ragù di salsiccia

Ingredienti (per 4-6 persone)

500 g di patate
3 uova
300 g di salsiccia
100 g di passata di pomodoro
1 bicchiere di vino bianco
1 rametto di timo
1 cucchiaio di semi di finocchio
latte
parmigiano grattugiato
pangrattato
noce moscata
burro
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate le patate, lessatele in abbondante acqua bollente leggermente salata per 30 minuti a partire dal bollore. Scolatele, sbucciatele e passatele allo schiacciapatate, raccogliendo il passato in una ciotola. Aggiungete due uova, 4-5 cucchiai di parmigiano e una noce di burro, e amalgamate. Regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e una grattugiata di noce moscata e amalgamate ancora. Mettete in frigorifero e lasciate compattare per una mezz'ora.

2. Intanto spellate e sgranate la salsiccia. Scaldate un filo di olio in una casseruola, unite la salsiccia e fatela rosolare. Bagnate con il vino bianco e fate sfumare. Aggiungete la passata, profumate con un po' di timo tritato e fate restringere a fuoco basso: al termine dovrete ottenere un ragù piuttosto denso. Levate e lasciate raffreddare.

3. Pestate i semi di finocchio e miscelateli con 4-5 cucchiai di pangrattato. Riprendete il composto preparato e modellate tante crocchette rotonde. Inserite al centro un po' del ragù di salsiccia e richiudetele. Passate le crocchette nell'uovo rimasto, leggermente sbattuto con un cucchiaio di latte, e nel pangrattato. Scaldate abbondante olio di semi in una padella e friggete le crocchette. Man mano che sono pronte, scolatele su un foglio di carta assorbente da cucina. Al termine, salatele e servitele con a parte il ragù di salsiccia rimasto.

In libreria, "La pasta detto fatto!" con tante ricette golose dedicate al primo preferito dagli italiani. (Sitcom Editore,19,90 euro).

ALICE TV

Mattia Poggi è in onda con il programma "MATTIA A MODO MIO" tutti i giorni alle 14.30 e alle 21.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Crocchette ricotta e spinaci in panatura aromatica

Ingredienti (per 4-6 persone)

300 g di patate
300 g di spinaci
350 g di ricotta di bufala
3 uova
1 rametto di origano
farina
parmigiano grattugiato
pangrattato
noce moscata
latte
olio di semi di arachide
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate le patate, lessatele in abbondante acqua bollente leggermente salata per 30 minuti a partire dal bollore. Scolatele, sbucciatele e passatele allo schiacciapatate, raccogliendo il passato in una ciotola. Mentre le patate sono in cottura, lavate gli spinaci e lessateli per pochi minuti con la sola acqua residua del lavaggio. Poi scolateli, strizzateli e asciugateli.

2. Scolate la ricotta dal siero, passatela al setaccio e aggiungetela alle patate passate. Unite gli spinaci, due uova, 1-2 cucchiai di farina, 2-3 cucchiai di parmigiano e amalgamate. Regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e una grattugiata di noce moscata, e amalgamate ancora. Mettete in frigorifero e lasciate raffreddare per una mezz'ora.

3. Trascorso il tempo, levate, modellate tante crocchette cilindriche, passatele nell'uovo rimasto, leggermente sbattuto con un cucchiaio di latte, e quindi nel pangrattato, miscelato con un po' di origano tritato. Scaldate abbondante olio di semi in una padella e friggete le crocchette. Man mano che sono pronte, scolatele su un foglio di carta assorbente da cucina. Al termine, salate, portate in tavola e servite.

TAGLIATE CORTO

QUESTO MESE LA NOSTRA "SFOGLINA" DI FIDUCIA CRISTINA LUNARDINI CI DÀ UN TAGLIO… E CON IL CLASSICO IMPASTO DI UOVA E FARINA CONFEZIONA BEN SEI PASTE FRESCHE CORTE. TUTTE REALIZZATE A MANO, A PARTIRE DALLA SFOGLIA, E POI CONDITE CON SUGHI FRESCHI E DI STAGIONE, SONO UNA PIÙ GOLOSA DELL'ALTRA

a cura della redazione; ricette di CRISTINA LUNARDINI
foto di MARINA DELLA PASQUA

Stracci di pasta con crema di zafferano e fiori di zucca al profumo di limone (pag. 74)

In libreria, "Romagna mia". Cristina Lunardini svela i suoi segreti per preparare le migliori ricette della tradizione gastronomica romagnola. (Sitcom Editore,19,90 euro).

Strozzapreti alla motonave

(pag. 74)

Stracci di pasta con crema di zafferano e fiori di zucca al profumo di limone

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
150 g di farina 0
50 g di semola di grano duro (più altra per spolverizzare)
2 uova
1 tuorlo

per il condimento
1 scalogno
250 ml di panna fresca
60 g di prosciutto cotto
1 zucchina
6 fiori di zucca
pistilli di zafferano
olio extravergine di oliva
sale e pepe

vi servono inoltre
1 limone
2 pomodori
pecorino grattugiato

Preparazione

1. Per la pasta: miscelate la semola con la farina 0; disponetele a fontana e unite al centro le uova e il tuorlo; impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per circa mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, con un matterello o con l'apposita macchina tirate la sfoglia e con la rotella dentellata ricavate tanti rombi, anche irregolari. Man mano che li preparate, trasferiteli su un vassoio infarinato con la semola.

3. Per il condimento: tritate finemente lo scalogno e fatelo rosolare in padella con un filo di olio; unite la zucchina, tagliata a cubetti, salate, pepate e lasciate insaporire per qualche minuto. Aggiungete la panna, i pistilli di zafferano, stemperati in un goccio di acqua calda, e i fiori di zucca, puliti e tagliati a julienne; fate ridurre per qualche minuto, quindi spegnete e tenete da parte.

4. Tagliate il prosciutto a striscioline e unitele al composto. Lessate la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e fatela saltare in padella con la salsa. Impiattate, cospargete con il pecorino e la scorza di limone grattugiata, guarnite con i pomodori a dadini e servite.

Strozzapreti alla motonave

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
500 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
1 uovo

per il condimento
500 g di vongole già spurgate
300 g di alici già pulite
1 ciuffo di erbe aromatiche (prezzemolo, erba cipollina, basilico, timo)
500 g di pomodorini datterini
1 zucchina
2 spicchio di aglio
2-3 fettine di pane raffermo
1 limone
1 bicchiere di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Preparate la pasta: fate la classica fontana con la farina e unite al centro l'uovo; iniziate a impastare unendo a filo l'acqua calda necessaria a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per circa mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, con un matterello o con l'apposita macchina tirate la sfoglia non troppo sottile e ricavate tante striscioline (larghe circa un cm e mezzo); arrotolatele, fregandole tra le mani, e tagliatele a una lunghezza di 4-5 cm. Trasferitele su un vassoio, spolverizzato con un po' di farina, e tenete da parte.

3. In una padella fate rosolare uno spicchio di aglio con un filo di olio; aggiungete le vongole, sfumate con il vino, profumate con il prezzemolo tritato e fate aprire i molluschi. Una volta cotte, filtrate il liquido di cottura e tenete da parte.

4. In un'altra padella fate soffriggere l'aglio restante con un filo di olio; unite la zucchina e i pomodorini, tagliati a dadini, e fate saltare per una decina di minuti. Unite le verdure alle vongole, regolate di sale e di pepe, e tenete da parte.

5. Con un mixer da cucina frullate il pane raffermo con le erbe aromatiche e un filo di olio. Profumate con la scorza di limone grattugiata e con il trito ottenuto impanate le alici, quindi fatele dorare in una padella con un filo di olio.

6. Lessate gli strozzapreti in acqua leggermente salata, scolateli al dente e trasferiteli in padella con le vongole; fateli saltare velocemente, bagnando con il liquido di cottura delle vongole filtrato. Impiattate, profumate con il prezzemolo tritato, guarnite con le alici e servite.

Garganelli saporiti con patate fagiolini e mollica croccante

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
300 g di farina
3 uova
sale

per il condimento
200 g di patate
150 g di fagiolini verdi
80 g di olive verdi snocciolate
2 acciughe sotto sale
1 cucchiaio di capperi sotto sale
1 ciuffo di maggiorana
1 peperoncino piccante fresco
2 fette di pancarrè
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Preparate la pasta: fate la classica fontana con la farina, unite al centro le uova e un pizzico di sale, e impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per circa mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia non troppo sottile e ritagliate tanti quadrati di circa 5-6 cm di lato. Avvolgete ciascun quadrato su un bastoncino liscio e grosso come una matita, partendo in diagonale da un angolo del quadrato, e poi passatelo sull'apposito pettine. Trasferite i garganelli su un vassoio e lasciateli asciugare.

3. Diliscate le acciughe, dissalatele sotto l'acqua corrente e asciugatele con carta assorbente da cucina; lavate e asciugate anche i capperi e la maggiorana. Raccogliete tutto nel bicchiere del mixer, aggiungete le olive e il peperoncino, privato dei semi, e frullate per bene.

4. Raccogliete il trito ottenuto in una ciotola, unite 4-5 cucchiai di olio, mescolate accuratamente, coprite e tenete da parte. Sbucciate le patate e tagliatele a tocchetti; spuntate i fagiolini, lavateli e riduceteli a pezzetti. Portate a bollore abbondante acqua leggermente salata, versate la pasta e le verdure e lessate tutto.

5. Nel frattempo tritate il pane in un mixer da cucina, quindi fatelo rosolare in un tegame con 3-4 cucchiai di olio; scolatelo con un mestolo forato e fatelo asciugare su carta assorbente da cucina. Scolate la pasta e le verdure al dente, e conditele con la crema di acciughe e la mollica croccante. Impiattate e servite.

Mezze pappardelle al grana e asparagi verdi

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta

150 g di farina 00
(più altra per spolverizzare)
150 g di farina di grano duro
100 g di grana
4 uova

per il condimento

100 g di grana a scaglie
300 g di asparagi verdi
1/2 cipolla
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Preparate la pasta: fate la classica fontana con le farine miscelate; unite al centro le uova e il grana, grattugiato finemente, e mescolate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, con un matterello o con l'apposita macchina tirate la sfoglia a uno spessore di 2-3 mm; arrotolate la sfoglia e ricavate tante pappardelle, quindi tagliatele alla lunghezza di circa 4 cm. Man mano che le preparate, trasferitele su un vassoio infarinato.

3. Sciacquate gli asparagi, mondateli, tenendo intere le punte, e tagliateli a rondelle; in una casseruola fate appassire la cipolla tritata finemente con un filo di olio. Unite le rondelle di asparagi (tenete da parte le punte) e fatele cuocere per una decina di minuti. Regolate di sale.

4. Mettete le scaglie di grana in forno a microonde per qualche minuto, quindi fatele raffreddare e poi sbriciolatele. Lessate le mezze pappardelle in acqua bollente e salata, scolatele al dente e trasferitele nella casseruola con gli asparagi. Impiattate, guarnite con le scaglie croccanti di grana e le punte degli asparagi tenute da parte, e servite.

ALICE TV

Cristina Lunardini è in onda con il programma "LE MANI IN PASTA" tutti i giorni alle 17.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Farfalle rosse al ragù di coda di rospo e carciofi

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta

150 g di semola di grano duro (più altra per spolverizzare)
80 g di farina 0
1 uovo
1 tuorlo
50 g di concentrato di pomodoro

per il condimento

250 g di polpa di coda di rospo
1 cipollotto
1 ciuffo di maggiorana
2 carciofi
50 g di pistacchi già sgusciati
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Per la pasta: miscelate la semola di grano duro con la farina 0; disponetele a fontana e unite al centro l'uovo e il tuorlo; iniziate ad amalgamare, quindi aggiungete il concentrato di pomodoro e impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per circa due ore.

2. Trascorso il tempo di riposo, con un matterello o con l'apposita macchina tirate la sfoglia e ricavate tanti rettangolini, quindi chiudeteli al centro e realizzate tante farfalle. Man mano che le preparate, trasferitele su un vassoio infarinato con la semola.

3. Per il condimento: in una padella fate appassire il cipollotto, tritato finemente, con un filo di olio; unite la polpa di pesce, tagliata a tocchetti, e fate cuocere per una decina di minuti. Regolate di sale e profumate con un po' di maggiorana tritata.

4. Pulite i carciofi, eliminando le foglie esterne più dure e tenendo solo il cuore; tagliate i cuori a listerelle molto sottili e fateli saltare velocemente in padella con l'aglio e un filo di olio. Uniteli al ragù e amalgamate.

5. Tritate grossolanamente i pistacchi e fateli tostare in forno a 170 °C per 10 minuti. Lessate le farfalle in acqua bollente e leggermente salata, scolatele al dente e fatele saltare in padella con il ragù. Impiattate, cospargete con la granella di pistacchi tostata e servite.

Maltagliati di mais con stridoli salsiccia e crumble al parmigiano

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
200 g di farina di grano tenero 00
200 g di farina di mais fioretto
4 uova

per il condimento
100 g di salsiccia di mora romagnola
200 g di pomodorini
1 mazzetto di stridoli (erba silene)
1 scalogno
olio extravergine di oliva
sale

per il crumble al parmigiano
100 g di farina
50 g di parmigiano
50 g di burro

Preparazione

1. Per la pasta: miscelate le due farine e disponetele a fontana; unite al centro le uova e impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per circa mezz'ora.

2. Nel frattempo mondate gli stridoli e sbollentateli in acqua leggermente salata, quindi scolateli, strizzateli per bene e tritateli grossolanamente. Trascorso il tempo di riposo, con un matterello o con l'apposita macchina tirate la sfoglia non troppo sottile (a uno spessore di circa 2,5 mm) e tagliatela a pezzi irregolari; allargateli sulla spianatoia e fateli asciugare.

3. Per il crumble: versate la farina e il parmigiano grattugiato in una teglia, rivestita con un foglio di carta forno; aggiungete il burro freddo, tagliato a dadini, e iniziate a incorporare gli ingredienti con l'aiuto di una forchetta.

4. Compattate il composto con le mani e infine sbriciolatelo sfregandolo tra le mani: al termine dovrete ottenere tante briciole medio piccole. Trasferite in frigorifero e fate riposare per circa 15 minuti. Trascorso il tempo di riposo, levate il crumble dal frigorifero e fatelo cuocere in forno a 170 °C per circa 15 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare.

5. Per il condimento: spellate e sgranate la salsiccia e tritate finemente lo scalogno; tagliate a metà i pomodorini e privateli dei semi e dell'acqua di vegetazione. In una padella fate rosolare lo scalogno con un filo di olio, unite la salsiccia e i pomodorini, salate e fate cuocere per qualche minuto.

6. Aggiungete gli stridoli in padella, bagnando eventualmente con un mestolino di acqua, e proseguite la cottura ancora per altri 5-10 minuti; spegnete e tenete da parte. Lessate la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e fatela saltare in padella con il condimento. Impiattate, spolverizzate con il crumble e servite.

Casa **Magic Cooker**

DOVE SI CUCINA BENE... ...E SI VIVE MEGLIO!

È una realtà davvero "magica" quella dell'azienda Magic Cooker. Nata nel 2003 da un'intuizione del sig. Marco Ferrari, il marchio rappresenta molto più che un prodotto: un brevetto, un sinonimo di qualità e soprattutto un'opportunità lavorativa per oltre 2000 venditori in Italia.
Già, non sentiamo altro che parlare di "crisi" da qualche tempo a questa parte: ma Magic Cooker è orgogliosa di annunciare la propria "controtendenza", che si traduce in un trend in costante crescita, così come l'interesse del pubblico verso il suo prodotto.

PIÙ CHE UN PRODOTTO. UN BREVETTO CHE È DIVENTATO UNO "STILE DI CUCINA"

Magic Cooker è un nuovo sistema di cottura, semplice da utilizzare per tutti, che basa il proprio funzionamento sul principio fisico dei fori di Venturi. Cosa accadrà in pratica alle vostre pentole? Coprendole con Magic Cooker le trasformerete in vere e proprie "camere a vapore", che vi consentiranno di cuocere i cibi a temperature controllate, nonché un miglior mantenimento dei principi nutritivi (come dimostrato dai test di laboratorio).

Magic Cooker:
l'innovazione… sposa la tradizione!

UNA QUALITÀ TUTTA ITALIANA

Dall'idea, al brevetto, alla produzione: Magic Cooker è un marchio fiero di essere italiano al 100%. L'azienda ha scelto di mantenere alta la qualità dei propri prodotti, continuando a investire costantemente in materiali e attenzioni produttive, per l'ottenimento di un prodotto italiano al 100%!

LAVORO INDIPENDENTE PER TUTTI

A casa Magic Cooker il successo non è solo aziendale, ma appartiene a tutti. Grazie a questo prodotto innovativo, più di 2000 persone in Italia possono oggi usufruire di un sistema di vendita indipendente, basato su dimostrazioni a domicilio o presso i punti vendita, che riesce così a dare a molte famiglie un'entrata e una prospettiva, grazie a chi ha creduto e ancora oggi crede nella crescita del nostro magico paese.

Per saperne di più, chiamaci allo 0773.24.28.63 o visita www.magiccooker.it

ALL'Uovo!

RUVIDA E POROSA, LA PASTA SECCA ALL'UOVO È IN GRADO DI TRATTENERE AL PUNTO GIUSTO SUGHI E CONDIMENTI. NELLA SUA VERSIONE LUNGA, DECLINATA TRA TAGLIATELLE, PAPPARDELLE, FETTUCCINE E PAGLIA E FIENO, ESALTA IL SAPORE DI RAGÙ RICCHI E CORPOSI, PESTI DELICATI E SALSE VELLUTATE

a cura della redazione; ricette di ROSANNA BISI - foto di CLAUDIA CUCINELLI

Paglia e fieno con ragù di agnello e carciofi (pag. 82)

Tagliatelle taleggio e rucola

(pag. 82)

Paglia e fieno con ragù di agnello e carciofi

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di pasta all'uovo paglia e fieno
300 g di polpa di agnello
1 cipolla piccola
1 carota
1 costa di sedano
1/2 bicchiere di vino rosso
100 g di pancetta
3 carciofi
1 spicchio di aglio
pecorino grattugiato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tritate grossolanamente al coltello la polpa di agnello. Sciacquate e mondate la cipolla, la carota e la costa di sedano, quindi preparate un trito.

2. In un tegame fate rosolare gli odori tritati con un filo di olio, aggiungete la pancetta, tagliata a dadini, e la polpa di agnello, e lasciate insaporire per appena un minuto. Regolate di sale e profumate con una macinata di pepe.

3. Bagnate con il vino, lasciate sfumare e proseguite la cottura per almeno 15 minuti, bagnando eventualmente con un goccio di acqua calda. Sciacquate e mondate i carciofi, eliminando le foglie esterne più dure, quindi tagliateli a spicchi e fateli saltare in padella con l'aglio e un filo di olio fino a quando saranno teneri ma non sfatti (se necessario, bagnate con un pochino di acqua calda). Eliminate infine l'aglio.

4. Unite i carciofi al ragù di agnello e mescolate per amalgamare bene i sapori. Lessate la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e trasferitela nella padella con il ragù. Mantecate per un minuto, quindi impiattate, spolverizzate con abbondante pecorino e servite.

Tagliatelle taleggio e rucola

Ingredienti (per 4 persone)

300 g di tagliatelle secche all'uovo
200 g di taleggio
1/2 bicchiere di latte
150 g di rucola
sale

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente la rucola, sgrondatela e affettatela sottilmente. In una casseruola raccogliete il taleggio a dadini e il latte; mettete sul fuoco e fate sciogliere su fiamma dolce mescolando continuamente. Levate dal fuoco, unite la rucola, tenendone da parte un po' per la guarnizione finale, e amalgamate accuratamente.

2. Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, scolatela al dente e conditela con la salsa preparata. Impiattate, cospargete la superficie con la rucola tenuta da parte e servite.

Fettuccine con uova e asparagi

Ingredienti (per 4 persone)

300 g di fettuccine secche all'uovo
400 g di asparagi
2 uova
1 tuorlo
50 g di pecorino romano
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente gli asparagi, eliminate la parte legnosa del gambo e tagliateli a tocchetti, facendo attenzione a lasciare le punte intere.

2. In una padella scaldate quattro cucchiai di olio, unite gli asparagi e fateli saltare per qualche minuto aggiungendo eventualmente un goccio di acqua calda. Regolate di sale e di pepe.

3. In una ciotola raccogliete le uova intere e il tuorlo; aggiungete il pecorino grattugiato e sbattete con una frusta a mano. Regolate di sale e profumate con una macinata di pepe.

4. Lessate la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e trasferitela in padella con gli asparagi. Mantecate sul fuoco per qualche minuto, bagnando con un goccio di acqua di cottura della pasta. Spegnete, versate il composto di uova e mescolate energicamente. Impiattate e servite.

Fettuccine con uova e asparagi

Pappardelle con pesto di fave provolone e guanciale croccante

Ingredienti (per 4 persone)

300 g di pappardelle secche all'uovo
1 kg di fave fresche
4 cucchiai di provolone piccante grattugiato
4 fette di guanciale
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sgranate le fave e scottatele in acqua bollente e salata per appena tre minuti, quindi passatele sotto il getto dell'acqua fredda e privatele della pellicina; raccoglietele nel bicchiere del mixer, aggiungete il provolone e sei cucchiai di olio, e frullate fino a ottenere un pesto cremoso e omogeneo. Regolate di sale e di pepe.

2. Scaldate una padella antiaderente, disponete le fette di guanciale e fatele rosolare bene da entrambi i lati. Levate e tenete da parte. Lessate la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e conditela con il pesto di fave. Impiattate, guarnite con una fettina di guanciale croccante e servite.

Mille sfoglie...

...DI LASAGNE. SÌ, MA NON LE CLASSICHE CON LA PASTA ALL'UOVO. NELLE RICETTE DI QUESTE PAGINE, INFATTI, NON NE TROVERETE TRACCIA. SOSTITUITE CON PANE (PANE AZZIMO, PANE CARASAU, PANCARRÈ), CRESPELLE E PERFINO ORTAGGI TAGLIATI A MODINO (PATATE E ZUCCHINE), E FARCITE CON DIVERSI TIPI DI RAGÙ, FORMAGGI FILANTI E MORBIDE CREME, ASSICURANO RISULTATI SUPERGOLOSI DA ASSAPORARE... SFOGLIA DOPO SFOGLIA!

a cura della redazione; ricette di ROSANNA BISI - foto di CLAUDIA CUCINELLI

Lasagne di pancarrè con crema al gorgonzola e cicoria (pag. 88)

Lasagne di pane azzimo con pomodori cime di rapa e scamorza

(pag. 88)

Lasagne di pancarrè con crema al gorgonzola e cicoria

Ingredienti (per 6 persone)

1 confezione di pancarrè rettangolare per tramezzini
500 g di cicoria di campo già mondata
1/2 bicchiere di latte
200 g di gorgonzola dolce
100 g di mascarpone
1 spicchio di aglio
1 peperoncino
burro
pangrattato
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Sbollentate la cicoria in acqua leggermente salata per una decina di minuti, quindi scolatela accuratamente, tritatela e tenetela da parte. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio e il peperoncino tritato; eliminate l'aglio, aggiungete la cicoria e fate insaporire per una decina di minuti. Regolate di sale e spegnete.

2. Nel frattempo in una ciotola raccogliete il gorgonzola dolce e il mascarpone, mettete sul fuoco a bagnomaria e fate fondere dolcemente, mescolando di continuo.

3. Imburrate una pirofila da forno e spolverizzatela con il pangrattato. Disponete sopra le fette di pancarrè, fino a coprire interamente il fondo della pirofila, e spruzzatele con un goccio di latte; disponete sopra la cicoria e qualche cucchiaiata di crema al gorgonzola, e proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti.

4. Infornate la lasagna a 180 °C e fate cuocere per una decina di minuti, o comunque fino a quando la superficie sarà ben dorata. Levate, portate in tavola e servite.

Lasagne di pane azzimo con pomodori cime di rapa e scamorza

Ingredienti (per 4- persone)

250 g di pane azzimo
250 g di cime di rapa già sbollentate
300 g di pomodori maturi
200 g di scamorza
1 spicchio di aglio
1 peperoncino
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Sbollentate i pomodori in acqua bollente per un paio di minuti, quindi scolateli, pelateli, eliminate semi e acqua di vegetazione e tagliateli a tocchetti. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio e il peperoncino tritato; eliminate l'aglio, aggiungete le cime di rapa e ripassatele in padella per qualche minuto. Unite i pomodori a tocchetti e fate cuocere per circa 15 minuti. Regolate di sale.

2. Affettate finemente la scamorza. Ungete con un filo di olio una pirofila da forno, bagnate leggermente il pane azzimo in un po' di acqua e disponete uno strato sul fondo della pirofila. Coprite con le verdure e disponete sopra alcune fettine di scamorza.

3. Proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti e terminando con la scamorza a fettine. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa mezz'ora, o comunque fino a quando la superficie sarà leggermente dorata. Levate, portate in tavola e servite.

Lasagne di pane carasau al ragù di verdure pomodoro e basilico

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di pane carasau rettangolare
1 porro
1 costa di sedano
2-3 carote
2-3 zucchine
500 g di passata di pomodoro
1 ciuffo di basilico
1 dl di brodo vegetale
ricotta stagionata grattugiata
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate e tagliate a cubetti le carote, le zucchine e il sedano. Mondate il porro, eliminate la parte verde e tritate finemente quella bianca. In un tegame fate soffriggere dolcemente le verdure con un filo di olio; salate, pepate, bagnate con il brodo bollente e fate cuocere per 5 minuti.

2. Aggiungete la passata di pomodoro, profumate con il basilico tritato e fate cuocere per una decina di minuti su fuoco vivace. Regolate di sale e di pepe. Ungete una teglia da forno con un filo di olio e disponete sul fondo uno strato di pane carasau. Coprite con abbondante ragù di verdure e distribuitelo bene.

3. Cospargete con un po' di ricotta grattugiata e proseguite la sequenza degli strati alternando pane, ragù e ricotta fino a esaurimento degli ingredienti. Terminate con un'abbondante spolverizzata di ricotta grattugiata, infornate a 180 °C e fate cuocere per una ventina di minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate, portate in tavola e servite.

Lasagne di pane carasau al ragù di verdure pomodoro e basilico

SCUOLA DI CUCINA

Lasagne di crespelle con prosciutto cotto uova piselli e mozzarella

Ingredienti (per 4 persone)

per le crespelle

500 ml di latte
200 g di farina 00
2 uova
1/2 cucchiaino di sale
burro

per il condimento

150 g di prosciutto cotto
2 uova già rassodate
100 g di piselli già sbollentati
1 scalogno
200 g di fiordilatte
olio extravergine di oliva
sale e pepe

1 PREPARATE LE CRESPELLE

Frullate il latte con la farina, quindi unite il sale e le uova, e amalgamate (se si formassero dei grumi, passate a un colino); aggiungete un cucchiaio di burro fuso e mescolate ancora. Fate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora. Ungete un padellino con una noce di burro, versate un mestolino di pastella, distribuitelo in uno strato sottile e cuocete la crespella. Voltatela e completate la cottura dall'altra parte. Procedete così fino a esaurire la pastella.

2 RITAGLIATELE A MISURA

Rifilate le crespelle per ottenere tante lasagne rettangolari. Per le dimensioni regolatevi con quelle della teglia che utilizzerete per la cottura in forno.

COMPONETE GLI STRATI

In una casseruola fate rosolare lo scalogno tritato con un filo di olio; unite i piselli e fateli insaporire per qualche minuto. Aggiustate di sale e di pepe. Sgusciate le uova e tagliatele a fettine. Imburrate una teglia rettangolare e disponete sul fondo uno strato di lasagne. Coprite con un po' di prosciutto e disponete sopra le fettine di uova sode, un po' di piselli e il fiordilatte a tocchetti.

4 TERMINATE E INFORNATE

Ripetete la sequenza degli strati fino a esaurimento degli ingredienti e terminando con il fiordilatte a tocchetti; completate con un filo di olio, infornate a 200 °C e fate cuocere per circa mezz'ora. Trascorso il tempo di cottura, levate, lasciate intiepidire e servite.

SCUOLA DI CUCINA

Lasagne di zucchine al ragù bianco e menta

Ingredienti (per 4 persone)

5-6 zucchine scure
200 g di polpa di vitello macinata
1 salsiccia luganega
1/2 bicchiere di vino bianco
1 costa di sedano
1 carota
1 cipolla
1 ciuffo di menta
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la besciamella

1/2 l di latte
2 cucchiai di farina
30 g di burro
60 g di parmigiano grattugiato
sale e pepe

AFFETTATE LE ZUCCHINE

1

Lavate, spuntate e affettate le zucchine per il lungo a 1/2 cm di spessore; raccoglietele in un colino, cospargetele con il sale e fatele riposare per circa mezz'ora. Mondate e tritate gli odori, quindi fateli rosolare in un tegame con un filo di olio; unite la polpa di vitello e la salsiccia, spellata e sgranata, e fate rosolare. Sfumate con il vino e bagnate con il brodo vegetale, quindi regolate di sale e di pepe e fate cuocere per circa 30 minuti su fiamma dolce.

2

PREPARATE LA BESCIAMELLA

In una casseruola fate fondere il burro, unite la farina e mescolate fino a ottenere un roux. Versate il latte caldo e fate cuocere, mescolando in continuazione, fino a ottenere una besciamella densa e vellutata. Levate dal fuoco, incorporate il parmigiano e regolate di sale e di pepe. Velate una pirofila da forno con un pochino di besciamella.

FATE UNO STRATO DI ZUCCHINE E MENTA

Trascorso il tempo di riposo, sciacquate le zucchine e tamponatele con carta assorbente da cucina. Coprite il fondo della pirofila con le fette di zucchina e profumate con un po' di menta spezzettata.

4

COMPLETATE GLI STRATI E INFORNATE

Disponete sopra il ragù e qualche cucchiaiata di besciamella; proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti e terminando con la besciamella. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti, o comunque fino a quando la superficie sarà ben dorata. Levate, portate in tavola e servite.

Lasagne di patate con spinaci e gruyère

Ingredienti (per 4 persone)

5 patate
500 g di spinaci già lessati
150 g di gruyère
1 spicchio di aglio
100 ml di panna da cucina
parmigiano grattugiato
burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Fate bollire le patate intere e con la buccia in acqua salata, quindi scolatele, sbucciatele e tagliatele a fette spesse circa mezzo centimetro. Nel frattempo in una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio; aggiungete gli spinaci, regolate di sale e lasciate insaporire per una decina di minuti. Levate, fate intiepidire e tritate grossolanamente al coltello.

2. Grattugiate grossolanamente il gruyère. Imburrate una pirofila da forno e realizzate un primo strato di patate, cercando di coprire bene il fondo; aggiungete gli spinaci e il gruyère, e profumate con una macinata di pepe. Proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti e terminando con spinaci e formaggio.

3. Coprite la superficie con la panna, spolverizzate con abbondante parmigiano e infornate a 200 °C per circa 15 minuti, o comunque fino a quando la superficie sarà ben dorata. Levate, portate in tavola e servite.

Alice MASTERPIZZA

la SFIDA CONTINUA!

PIZZA DOPO PIZZA LA PATTUGLIA DEI CONCORRENTI AMMESSI IN FINALE SI INGROSSA. DA SEI CHE ERANO SONO DIVENTATI DODICI! E INTANTO ECCO LA NOVITÀ DEGLI CHEF!

Golose novità a Masterpizza. Le ultime puntate, infatti, hanno visto la discesa in campo di uno chef ospite chiamato a cimentarsi con una delle eccellenze alimentari a garanzia Slow Food.

CARRAMBA CHE SORPRESA

Il primo è stato Salvatore Eposito, lo zio di Antonino, che nella puntata 4 ha preparato un irresistibile calzone fritto ripieno di ricotta e noci di Sorrento. Salvatore è stato il principale artefice della carriera di Antonino. È stato lui a crescerlo quando Antonino è rimasto orfano di padre, ed è stato lui a trasmettergli la passione per la ristorazione e a insegnargli i segreti del mestiere.

VIA IL TOCCO SU LA TOQUE

Nella puntata 5 è stata la volta di Cristina Lunardini. Smessi i panni di giudice (via il tocco), Cristina ha indossato quelli di chef (su la toque), preparando una zuppa di pomodori freschi e zucchine al profumo di basilico con uovo in camicia e cacioricotta cilentano.

E LE STELLE NON STANNO A GUARDARE

Puntata stellata, la numero 6. Stellata nel senso dello chef stellato Michelin Peppe Aversa. Il patron e ispiratore dei piatti del Buco di Sorrento, ha preparato gamberi in padella con fuso di Monaco e una caponata di biscotto di grana genovese con olive, capperi cipollotto, carciofini e pomodori del piennolo. Chapeu!

I GIUDICI

ANTONINO ESPOSITO: è l'anima frizzante del programma. Esperto della pizza a 360 gradi, è intransigente sulla tecnica dell'arte bianca. Difficile frenare il suo entusiasmo, che contagia concorrenti e giuria. CRISTINA LUNARDINI: chef e insegnante, non perde mai il controllo su quanto accade davanti ai forni e dietro al banco dei giudici. È la portavoce ufficiale delle decisioni della giuria, che motiva con puntualità e bon-ton. SERGIO MARIA TEUTONICO: chef e assaggiatore di professione, è in grado come nessun altro di raccontare i personaggi, metterli a proprio agio e prepararli psicologicamente alla gara che si accingono ad affrontare.

I PROMOSSI

Marco Merola, 34 anni, romano. Aspetto da centurione, dopo la famiglia, per lui, c'è solo la pizza!

Gennaro Battiloro, 31 anni, napoletano. Ha viaggiato in tutto il mondo, portando la pizza nel cuore.

Enrico Di Marco, 28 anni, da Aprilia (Lt). Geometra di giorno, pizzaiolo di sera. Ha una pizzeria con un socio giapponese…

Francesco Rocco, 28 anni di San Giorgio a Cremano. Ha iniziato a fare pizze a 15 anni… e non ha più smesso.

Salvatore Gatta, 43 anni di Scalera (Pz). Convinto sostenitore e divulgatore della pizza napoletana, ha un passato da gelataio.

Ignazio Di Marzo, 58 anni, da Crema. Per ben due volte si è conquistato la medaglia d'oro alle Olimpiadi della pizza!

TUTTI
I COLORI
DELLA PIZZA
Ogni SABATO alle 21.30
e DOMENICA alle 14.00
SERGIO MARIA TEUTONICO
CRISTINA LUNARDINI

fILOTTO!

IL FILETTO – TAGLIO DI CARNE TRA I PIÙ PREGIATI E APPREZZATI PER LA SUA INDISCUSSA TENEREZZA – È PROTAGONISTA DI BEN OTTO SECONDI PIATTI GUSTOSI E RAFFINATI. DA QUELLO DI MANZO, TRA I PIÙ NOTI, A QUELLO DI MAIALE, MENO UTILIZZATO MA ALTRETTANTO MORBIDO E SAPORITO, VENGONO TUTTI COTTI A PUNTINO ED ESALTATI DA ACCOSTAMENTI ORIGINALI E MAI SCONTATI

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MASSIMO PICCHERI (Le Officine del Gusto, Roma) - foto e styling di ELISA ANDREINI

Filetto di suino brado alla birra

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di filetto di suino brado
200 ml di birra doppio malto
1 ciuffo abbondante di erbe aromatiche (rosmarino, salvia, dragoncello, timo, coriandolo, menta, maggiorana…)
1 albume
2 spicchi di aglio
patatine novelle arrosto
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sbattete l'albume e insaporitelo con sale e pepe; tritate finemente le erbe aromatiche e fatele rosolare in un tegame con un filo di olio e uno spicchio di aglio. Disponete il filetto su un foglio di pellicola trasparente, quindi spennellatelo con l'albume e cospargetelo con le erbe aromatiche facendole aderire perfettamente; avvolgete la pellicola sul filetto, stringendo bene, e trasferite in frigorifero per circa un'ora.

2. Ungete una teglia con un filo di olio, disponete il filetto, a cui avrete tolto la pellicola, unito l'aglio restante e infornate a 180 °C per circa 40 minuti. Trascorsi i primi 20, aggiungete la birra, senza versarla direttamente sulla carne, fatela evaporare a forno socchiuso per qualche minuto e ultimate la cottura. Sfornate e servite il filetto a fette con le patatine novelle, nappando il tutto con il suo fondo di cottura.

SCUOLA DI CUCINA

Filetto di suino di cinta senese in crosta di pistacchi

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di filetto di cinta senese
200 g di granella di pistacchi di Bronte
1 rametto di rosmarino; 1 rametto di timo
2-3 bacche di ginepro; 1-2 foglie di alloro
1-2 foglie di salvia; 1 ciuffo di finocchietto selvatico
2 arance; 1 limone; 2-3 bicchieri di vino rosso
olio extravergine di oliva; sale e pepe

1

PASSATE IL FILETTO NELLA PANATURA

In un contenitore dai bordi alti raccogliete il vino rosso e le erbe aromatiche; immergete il filetto e lasciatelo marinare per qualche ora. Trascorso il tempo di marinatura, togliete il filetto e asciugatelo con carta assorbente da cucina, quindi salatelo, pepatelo e passatelo nella granella di pistacchi premendo bene per farla aderire.

2

FATELO ROSOLARE IN PADELLA

In una padella antiaderente fate scaldare un filo di olio, disponete il filetto e fatelo rosolare bene da tutti i lati, facendolo sigillare e girandolo di tanto in tanto con l'aiuto di una pinza (girandolo con una pinza, si eviterà di bucherellarlo e di far fuoriuscire i suoi succhi).

3

SFUMATE CON IL SUCCO DI ARANCIA E PORTATE A COTTURA

Profumate con la scorza del limone grattugiata, facendo attenzione a non prelevare anche la parte bianca, sfumate con il succo delle arance e fate cuocere per una ventina di minuti. Una volta cotto, prelevate il filetto e tenetelo da parte in caldo.

4

PREPARATE LA SALSA E COMPLETATE IL PIATTO

Filtrate il vino utilizzato per la marinatura e versatelo in padella; mettete sul fuoco e fate ridurre fino a ottenere una salsa densa e cremosa. Scaloppate il filetto, tagliandolo a fettine oblique, e nappatelo con la salsa. Completate con la scorza di limone e di arancia grattugiata e servite.

Filetto di suino con quenelles di fave e chips di patate cacio e pepe

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di filetto di suino di razza Mangalitza
500 g di fave fresche già sgusciate
1 cipolla; 2-3 patate già sbucciate
1 spicchio di aglio
1 rametto di rosmarino
1 rametto di timo
1-2 foglie di alloro
1 ciuffo di maggiorana
1 ciuffo di menta
100 g di pecorino di fossa di Sogliano al Rubicone
brodo vegetale; vino bianco
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale e pepe della Tasmania

Preparazione

1. In un tegame fate rosolare l'aglio con un filo di olio e il rosmarino, il timo, l'alloro e la maggiorana tritati; disponete il filetto e fatelo rosolare da tutti i lati, girandolo spesso con una pinza. Sfumate con un goccio di vino e proseguite la cottura per circa 20 minuti. Togliete il filetto e tenetelo da parte in caldo. Filtrate il liquido di cottura, rimettetelo in padella, aggiungete un po' di brodo vegetale e fate ridurre della metà. Tenete da parte.

2. Togliete la pellicina esterna alle fave e raccoglietele in una ciotola. Pulite la cipolla e tritatela finemente, quindi fatela appassire in una casseruola con un filo di olio; unite le fave, profumate con la menta e fate cuocere per qualche minuto. Salate, coprite con il brodo vegetale caldo e proseguite la cottura per circa 15 minuti. Frullate tutto con un mixer a immersione fino a ottenere una purea omogenea.

3. Tagliate le patate a fette sottili e sciacquatele accuratamente sotto acqua corrente fredda, quindi asciugatele con un panno da cucina pulito, per eliminare l'amido e rendere le chips croccanti. Scaldate abbondante olio di semi in padella (a 180 °C) e friggete le patatine per circa 3-4 minuti.

4. Quando saranno ben dorate, scolatele con una schiumarola e fatele asciugare su carta assorbente da cucina. Spolverizzatele con abbondante pecorino grattugiato e una macinata di pepe. Scaloppate la carne e disponetela nei piatti da portata. Nappatela con il fondo di cottura ristretto e accompagnate con le chips e due quenelles di crema di fave, e servite.

Filetto di suino brado al rafano e fave di cacao con spinaci e pancetta croccante

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di filetto di suino brado
50 g di rafano già pulito
30 g di fave di cacao
400 g di spinaci già puliti
8 fette di pancetta
30 g di capperi di Salina
1 scalogno
aceto al frutto della passione
olio extravergine di oliva
sale di Maldon e pepe bianco

Preparazione

1. Grattugiate il rafano e fatelo marinare nell'aceto per almeno 12 ore; aggiungete il filetto, le fave di cacao tritate, un pizzico di sale e una macinata di pepe, e lasciate insaporire per qualche ora.

2. Nel frattempo lessate gli spinaci nella sola acqua residua del lavaggio, quindi salate, pepate e tenete da parte. In una casseruola fate appassire lo scalogno tritato con i capperi e un filo di olio; disponete la carne e fatela sigillare da tutti i lati.

3. Trasferite il filetto in una teglia, rivestita con carta forno, e fate cuocere a 200 °C per 7-8 minuti. Scaldate per bene una padella antiaderente, disponete le fette di pancetta e fatele cuocere fino a renderle ben croccanti.

4. Trascorso il tempo di cottura della carne, sfornatela e tagliatela a fette. Disponete un ciuffo di spinaci nei piatti da portata e adagiate sopra qualche fetta di filetto; nappate con il fondo di cottura, guarnite con la pancetta croccante e servite.

Filetto di scottona di chianina con pesto di cicoria alici e ricotta salata

Ingredienti (per 4 persone)

8 fette di filetto di razza chianina (spesse circa 2 cm)
50 g di alici del Cantabrico
100 g di ricotta salata di Sicilia
600 g di cicoria
1 spicchio di aglio rosso di Sulmona
8 fette di pancetta fresca di suino
1 cucchiaio di capperi di Salina già dissalati
1 cucchiaio di olive taggiasche
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Preparate il pesto di cicoria: lavate e mondate la cicoria, quindi scottatela in acqua bollente e salata per circa 3-4 minuti. Scolatela accuratamente e raccoglietela in un mixer da cucina con le olive snocciolate, i capperi, le alici del Cantabrico, l'aglio, la ricotta salata e un cucchiaio di olio; frullate tutto fino a ottenere un pesto cremoso e omogeneo.

2. Salate e pepate leggermente le fette di filetto, quindi avvolgetele con la pancetta e legatele con spago da cucina. Scaldate per bene una padella antiaderente, disponete le fette di filetto e fatele rosolare circa tre minuti per lato.

3. Trasferite la carne in una teglia e passatela in forno a 200 °C per circa 5-6 minuti. Al termine, la carne risulterà rosata e molto succosa internamente. Levate lo spago da cucina, quindi impiattate accompagnando con il pesto di cicoria. Guarnite con qualche oliva e cappero, e servite.

Filetto di manzo di razza marchigiana gratinato con crema di rape al prezzemolo

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di filetto di manzo di razza marchigiana
100 g di capperi di Pantelleria
1 ciuffo di prezzemolo
4 rape bianche
pangrattato ai cinque cereali
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Pelate le rape bianche e tagliatele a dadini; in un tegame scaldate un filo di olio, aggiungete le rape e fatele rosolare per qualche minuto, quindi copritele con acqua calda e lasciatele cuocere per circa un'ora. Regolate infine di sale.

2. Una volta cotte le rape, raccoglietele nel bicchiere del mixer, aggiungete qualche foglia di prezzemolo, sbianchita in acqua leggermente salata, e frullate fino a ottenere una crema omogenea e vellutata. Aggiustate di sale e profumate con una macinata di pepe.

3. Ricavate dal filetto quattro fette più o meno della stessa grandezza e fatele rosolare in una padella antiaderente ben calda, girandole con una pinza per evitare di forarle. Tritate finemente al coltello una parte dei capperi e il prezzemolo restante; mescolate il trito ottenuto al pangrattato.

4. Disponete le fette di filetto su una placca da forno, rivestita con carta forno, spolverizzate con abbondante pangrattato e infornate a 180 °C per cinque minuti, o comunque fino a quando la superficie sarà ben dorata. Levate, impiattate, guarnite con un filo di olio a crudo e qualche cappero tenuto da parte, e servite.

Filetto di vitello in rete di suino con cavolini di Bruxelles

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di filetto di vitello
500 g di cavolini di Bruxelles
1 scalogno
1 rametto di rosmarino
1 rametto di timo limonato
1 ciuffo di finocchietto selvatico
1-2 foglie di alloro
1 ciuffo di aneto
1 cucchiaio di senape in grani
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale di Maldon
pepe bianco

Preparazione

1. Lavate le erbe aromatiche e tritatele finemente; ungete il filetto con un filo di olio e passatelo nelle erbe tritate facendole aderire in modo uniforme. Aggiungete la senape e un pizzico di sale e di pepe, e massaggiate accuratamente la carne. Stendete la rete di maiale, adagiate al centro la carne e avvolgetela coprendo bene tutta la superficie.

2. In un tegame fate rosolare lo scalogno tritato con un filo di olio; disponete il filetto e fatelo rosolare per qualche minuto, sfumando con un goccio di vino bianco. Mondate e sciacquate i cavolini di Bruxelles, quindi sbollentateli in acqua salata per circa cinque minuti. Scolateli e trasferiteli in una teglia da forno insieme alla carne. Regolate di sale e di pepe, condite con un filo di olio e infornate a 180 °C per circa 15 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e portate in tavola.

Filetto di vitello in porchetta con crumble di olive taggiasche

Ingredienti (per 4 persone)

1 kg di filetto di manzo
200 g di pancetta fresca a fette sottili
1 rametto di rosmarino
1 rametto di timo
1 ciuffo di menta
1 ciuffo di finocchietto selvatico
4 salsicce di cinta senese
20 olive nere già snocciolate
50 g di farina di mandorle
50 g di farina di grano tenero solina
40 g di burro di panna fresca
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate le erbe aromatiche e tritatele finemente; spellate le salsicce, disponetele su un foglio di pellicola trasparente, unto con un filo di olio, e stendetele fino a formare un rettangolo. Cospargete il filetto con le erbe aromatiche, facendole aderire bene, e adagiatelo sopra le salsicce.

2. Coprite il filetto con le salsicce stese, avvolgetelo con le fette di pancetta e chiudete con spago da cucina; trasferite il filetto in una teglia da forno e infornate in forno già caldo a 180 °C per circa 45 minuti.

3. Nel frattempo con la punta della dita lavorate le farine con il burro e le olive tritate fino a ottenere un composto bricioloso. Disponetelo in una teglia, rivestita con carta forno, e fate cuocere a 180 °C per circa 10 minuti. Levate e tenete da parte.

4. Trascorso il tempo di cottura del filetto, sfornatelo e tagliatelo a fette spesse circa due cm (se necessario, aggiustate di sale). Spolverizzate con il crumble alle olive, completate con un filo di olio a crudo e una macinata di pepe, e servite.

AGNELLO... DIVINO!

PROTAGONISTA DI MOLTISSIME RICETTE DELLA TRADIZIONE REGIONALE ITALIANA, L'AGNELLO INTERPRETA IN MODO ALTRETTANTO ECCEZIONALE ANCHE UNA CUCINA PIÙ CREATIVA E ORIGINALE. QUI, ABBINATO A FRAGRANTI AROMI, INGREDIENTI SPEZIATI E SAPORI RICCHI E DECISI, DÀ VITA A QUATTRO SECONDI PIATTI DAVVERO DIVINI

a cura della redazione; ricette di **MASSIMO PICCHERI** (Le Officine del Gusto, Roma)
foto di **SABRINA ROSSI**

Lombatina di agnello marinata al finocchietto selvatico *(pag. 110)*

Spiedini di agnello al curry
con tortino di basmati
al tè verde (pag. 110)

Lombatina di agnello marinata al finocchietto selvatico con cervelletto fritto

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di lombatina di agnello Zachel disossata
1 ciuffo di finocchietto selvatico
aceto di vino bianco
senape nera in grani
farina; pangrattato
1 retina di maiale
2 uova
2 cervelletti di agnello
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Condite la lombatina di agnello con un pizzico di sale e di pepe, e massaggiatela con il finocchietto, tritato finemente. Stendete la retina di maiale, disponete la lombatina all'estremità e avvolgete delicatamente. Aromatizzate con qualche grano di senape, trasferite in una teglia da forno e infornate a 180 °C per circa 25 minuti.

2. Sciacquate accuratamente i cervelletti di agnello e metteteli a bagno in acqua fredda per circa mezz'ora, quindi scottateli in acqua salata e acidulata con due cucchiai di aceto.

3. Appena l'acqua inizierà a bollire, scolate i cervelletti e trasferiteli in una ciotola con acqua fredda. Quando si saranno raffreddati, spellateli e tagliateli a fette spesse circa un cm e mezzo; salate le fette di cervelletto e poi passatele nella farina, nelle uova sbattute e infine nel pangrattato. Lasciatele riposare per qualche minuto.

4. Nel frattempo scaldate abbondante olio di semi in padella e friggete le fette di cervelletto; quando saranno ben dorate e croccanti, scolatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina.

5. Trascorso il tempo di cottura della lombatina, sfornatela e ricavate otto fette. Disponete nei piatti da portata, alternando alle fettine di carne quelle di cervelletto. Guarnite con un filo di olio a crudo, profumate con una macinata di pepe e di senape, e servite.

Spiedini di agnello al curry con tortino di basmati al tè verde

Ingredienti (per 4 persone)

1 kg di polpa di agnello
200 g di riso basmati
40 g di foglie di tè verde
1 dl di panna da cucina
1 cipolla rossa di Tropea
2 cucchiai di curry di Madras
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Ricavate dalla polpa di agnello tanti dadini regolari, infilzateli negli stecchi di legno e conditeli con un filo di olio e una leggera spolverizzata di curry. Disponeteli in una teglia, rivestita con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 20 minuti.

2. Nel frattempo in un tegame portate a bollore l'acqua, leggermente salata e aromatizzata con 30 g di foglie di tè verde; versate il riso e fatelo cuocere per assorbimento, seguendo il tempo indicato sulla confezione.

3. Tritate finemente la cipolla e fatela appassire in una padella con un filo di olio; aggiungete il curry restante, mescolate e lasciate insaporire per qualche minuto. Versate la panna e lasciate addensare.

4. Trascorso il tempo di cottura degli spiedini, sfornateli e disponeteli nei piatti da portata. Nappateli con abbondante salsa al curry, accompagnateli con un tortino di riso basmati e guarnite con qualche fogliolina di tè verde. Portate in tavola e servite.

Cartoccio di costolette di agnello ai carciofi

Ingredienti (per 4 persone)

12 costolette di agnello
6 carciofi
1 spicchio di aglio
1 limone
1 cucchiaio di capperi
1 ciuffo di prezzemolo
2 filetti di alici di Cetara sott'olio
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate i carciofi ed eliminate le foglie esterne più dure, quindi tagliateli a spicchi e raccoglieteli in una ciotola con acqua acidulata con succo di limone. In una casseruola portate a bollore abbondante acqua leggermente salata, tuffate gli spicchi di carciofo e fateli cuocere per qualche minuto a fuoco molto basso. Scolateli, asciugateli e teneteli da parte.

2. Sciacquate accuratamente i capperi e il prezzemolo; tritate finemente le alici con l'aglio, i capperi e il prezzemolo. Raccogliete il trito in una ciotola, aggiungete poche gocce di succo di limone, un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, e amalgamate.

3. Stendete quattro fogli di carta alluminio, ungeteli con un filo di olio e distribuite al centro i carciofi; adagiate sopra le costolette di agnello e condite tutto con la salsina preparata. Chiudete i cartocci, senza stringere troppo, e infornate a 200 °C per 20 minuti.

4. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e disponete nei piatti da portata eliminando la carta alluminio. Profumate con il prezzemolo e servite.

Cartoccio di costolette di agnello ai carciofi

Carré di agnello cotto a bassa temperatura con cavolini al blu del Moncenisio

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di polpa di carré di agnello
300 g di cavolini di Bruxelles
100 g di blu del Moncenisio
1 limone
1 scalogno
1 rametto di rosmarino
1 rametto di timo limonato
qualche foglia di salvia e di alloro
1 bicchiere di latte
burro di panna fresca
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate i cavolini di Bruxelles e sciacquateli accuratamente, quindi lessateli in acqua leggermente salata per circa 10 minuti, lasciandoli al dente. Scolateli e teneteli da parte. In una casseruola fate appassire lo scalogno tritato con una noce di burro; aggiungete il latte e il blu del Moncenisio, tagliato a dadini, e fate sciogliere dolcemente. Profumate infine con la scorza del limone grattugiata.

2. Disponete i cavolini al centro di un foglio di carta forno, irrorateli con la fonduta preparata e chiudete formando un cartoccio, quindi infornate a 180 °C per circa 20 minuti.

3. Nel frattempo sciacquate le erbe aromatiche e mettetele intere in una teglia da forno con qualche fettina di limone. Disponete sopra la polpa di agnello, condite con un filo di olio e infornate a 60 °C per circa 90 minuti.

4. Trascorso il tempo di cottura, sfornate il carré di agnello e tagliatelo a fette. Condite con un pizzico di sale e di pepe, accompagnate con i cavolini e servite.

IMPASTI al PESTO

PREPARATI AD ARTE DAL MAESTRO GANDINO, QUATTRO PESTI INCREDIBILMENTE FRAGRANTI DANNO SAPORE E COLORE AD ALTRETTANTI IMPASTI DI PANE. CONFEZIONATI IN DELIZIOSE SFOGLIE E IRRESISTIBILI SNACK, SONO TUTTI DA PROVARE E... ASSAGGIARE!

a cura della redazione; ricette di GIOVANNI GANDINO
foto di ANGELA DE SANTIS e LUCA LUPORI

Sfoglie di pane al pesto genovese *(pag. 116)*

Grissoni al pesto alla trapanese
(pag. 116)

*Giovanni Gandino è maestro panificatore e docente di tecnica molitoria. Consulente di alcune importanti aziende dolciarie e molitorie, per le quali si occupa di “ricerca e sviluppo”, è inoltre socio e collaboratore dell’Antim (Associazione nazionale tecnici dell’industria molitoria). Potete scrivergli contattandolo sulla sua pagina Facebook o all’indirizzo e-mail elianto74@yahoo.it

Sfoglie di pane al pesto genovese

Ingredienti

500 g di farina (220 W)
200 ml di acqua
140 g di pesto genovese
3 g di lievito di birra secco
10 g di sale
50 foglie di basilico piccole

Preparazione

1. Disponete la farina e il lievito a fontana, unite al centro il pesto e miscelate bene; versate l'acqua lentamente e poco alla volta, in modo da ottenere un impasto non troppo molle. Terminate con il sale e continuate a impastare fino a ottenere un composto asciutto, liscio ed elastico. Coprite con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete l'impasto fino a ottenere una sfoglia molto sottile, quasi trasparente. Disponete ordinatamente le foglie di basilico, lavate e asciugate, e coprite con un'altra sfoglia sottile di pasta. Passate con il mattarello e ricavate tante sfoglie (fate in modo che la fogliolina sia sempre al centro della sfoglia).

3. Disponete le sfoglie in una teglia, rivestita con carta forno, e infornate a 170 °C per pochi minuti (non si devono scurire troppo, altrimenti non vedrete la fogliolina in trasparenza). Trascorso il tempo di cottura, levate, lasciate raffreddare e servite.

Pesto genovese

Ingredienti

50 g di foglie di basilico genovese dop (piccole)
2 cucchiai di pecorino sardo grattugiato
4-5 cucchiai di parmigiano o grana grattugiato
1 cucchiaio di pinoli già pelati
2 spicchi di aglio giovane
1/2 bicchiere di olio extravergine di oliva ligure
qualche granello di sale

Preparazione

1. Lavate le foglie di basilico e asciugatele accuratamente. In un mortaio di marmo raccogliete gli spicchi di aglio interi, le foglie di basilico, i pinoli e il sale, e iniziate a pestare con un pestello, meglio se di legno, e con un delicato movimento rotatorio del polso.

2. Quando il basilico inizierà ad amalgamarsi all'aglio, incorporate i formaggi grattugiati e proseguite a pestare, accentuando però il movimento rotatorio del polso. Aggiungete a questo punto l'olio extravergine e impastate ancora fino a ottenere un pesto omogeneo, cremoso e fragrante.

Grissoni al pesto alla trapanese

Ingredienti

500 g di farina
200 ml di acqua
4 g di lievito di birra secco
140 g di pesto alla trapanese
7 g di sale

Preparazione

1. Disponete la farina a fontana e aggiungete il lievito di birra; mescolate bene e unite al centro il pesto; iniziate a impastare versando a filo l'acqua fresca. Quando l'impasto sarà ben amalgamato, aggiungete il sale e proseguite a lavorare fino a ottenere un impasto liscio, asciutto ed elastico.

2. Formate una palla con l'impasto ottenuto, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti. Trascorso il tempo di riposo, stendete l'impasto a uno spessore di circa due dita, quindi tagliatelo con il coltello formando tanti filoncini larghi circa tre cm. Lasciateli riposare per circa mezz'ora.

3. Disponete i filoncini in una teglia, rivestita con carta forno, e infornate a 180 °C con forno ventilato per circa 10 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate, lasciate raffreddare e servite.

Pesto alla trapanese

Ingredienti

6 pomodori maturi (se possibile la varietà pizzutello)
50 g di mandorle già sgusciate
15-20 foglie di basilico
2 cucchiai di pecorino trapanese non troppo fresco
1-2 spicchi di aglio (se possibile quello trapanese rosso)
olio extravergine di oliva delle valli trapanesi
sale e pepe

Preparazione

1. Incidete i pomodori e fateli sbollentare in acqua bollente, quindi scolateli e fateli raffreddare. Pelateli, eliminate semi e acqua di vegetazione e tagliateli a pezzettoni. Nel frattempo in un mortaio pestate l'aglio con le mandorle, il basilico e il pecorino grattugiato.

2. Aggiungete i pomodori a pezzettoni e amalgamate ancora versando a filo l'olio necessario a ottenere un pesto cremoso e omogeneo. Regolate di sale e di pepe. Lasciate riposare il pesto ottenuto per circa un'ora, così da armonizzare i profumi e i sapori.

Focaccine con pesto alle noci (pag. 118)

Focaccine con pesto alle noci

Ingredienti

500 g di farina (220 W)
200 g circa di latte
5 g di lievito di birra secco
30 g di olio extravergine di oliva
250 g di pesto alle noci
12 g di sale
noce moscata in polvere

Preparazione

1. Sciogliete il lievito di birra nel latte; disponete la farina a fontana, versate al centro il lievito sciolto e impastate; quando la farina avrà assorbito tutto il liquido, unite l'olio e il sale, e amalgamate fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti.

2. Trascorso il tempo di riposo, con un matterello stendete delicatamente l'impasto a uno spessore di circa 1-1,5 cm; lasciate rilassare l'impasto per 10 minuti, quindi con un coppapasta (da 4 cm di diametro) ricavate tanti dischetti.

3. Distribuite una cucchiaiata generosa di pesto su ogni dischetto e lasciate lievitare fino al raddoppio del volume iniziale. Prima di infornarli, bucherellateli con rebbi di una forchetta, in modo che non si gonfino in cottura, e infornate a 180 °C con forno statico per circa 15 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate, spolverizzate con la noce moscata e servite.

Pesto alle noci

Ingredienti

20 g di pinoli già pelati
25 g di gherigli di noce
1 spicchio di aglio
1 bicchiere di latte (o panna)
2 cucchiai di olio extravergine di oliva
3 cucchiai di grana grattugiato
sale

Preparazione

In un mortaio raccogliete i pinoli e i gherigli di noce; unite l'aglio, il grana e un pizzico di sale, e iniziate a impastare unendo a filo il latte e l'olio necessari a ottenere un pesto cremoso e omogeneo.

Panini al cuore verde di pesto alla rucola

Ingredienti

1 kg di farina (220 W)
150 ml di pesto di rucola
70 g di pecorino grattugiato
7 g di lievito di birra secco
22 g di sale

Preparazione

1. Disponete 300 g di farina a fontana, aggiungete circa 2 g di lievito e miscelate bene; unite al centro il pesto e amalgamate unendo a filo l'acqua necessaria a ottenere un impasto omogeneo e liscio. Terminate con 7 g di sale e impastate ancora: al termine avrete ottenuto un piccolo impasto verde e profumato alla rucola.

2. Formate la classica fontana con la farina restante, unite il lievito rimasto, il pecorino grattugiato e 350 ml di acqua fresca, e impastate. Terminate con il sale restante e amalgamate ancora fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Coprite i due impasti con pellicola trasparente e lasciateli riposare per almeno 40 minuti.

3. Trascorso il tempo di riposo, formate un cilindro con l'impasto alla rucola e tagliatelo in pezzi da circa 20 g l'uno; prendete l'impasto bianco e con questo ricoprite i piccoli pezzi di impasto alla rucola: in questo modo otterrete tante palline di pane da circa 40 g l'una con all'interno l'impasto alla rucola.

4. Arrotondate bene i panini e metteteli a riposare per almeno un'ora a una temperatura di oltre 25 °C, quindi schiacciateli leggermente e disponeteli in una teglia, rivestita con carta forno. Infornate a 180 °C per circa 30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate, lasciate raffreddare e servite.

Pesto alla rucola

Ingredienti

100 g di rucola
50 g di grana grattugiato
20 g di pinoli già pelati
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva

Preparazione

Lavate la rucola e asciugatela accuratamente con carta assorbente da cucina; raccoglietela in un mortaio, unite il grana grattugiato, i pinoli e l'aglio, e iniziate a pestare fino a quando gli ingredienti saranno ben amalgamati. Unite a filo l'olio extravergine e amalgamate ancora fino a ottenere un pesto cremoso e omogeneo.

Panini al cuore verde di pesto alla rucola

IDENTITÀ GOLOSE: PREMIATA CATERINA CERAUDO

Ha vinto il **premio Identità donna** nel corso dell'ultima edizione di **Identità golose**. Lei è **Caterina Ceraudo**, giovane chef calabrese che, uscita dalla Scuola di Niko Romito, ha preso le redini della cucina del **Dattilo**, rinomato ristorante gestito, unitamente a un agriturismo di charme, dalla sua famiglia a **Strongoli**, in provincia di Crotone. Competente e appassionata intenditrice di vini, ha un grande amore per la sua terra, la Calabria, che riversa in ogni suo piatto. Val bene una visita in questo angolo di paradiso in cui le materie prime sono rigorosamente biologiche e a chilometro zero. www.dattilo.it

BUON RICORDO, OTTIME TRADIZIONI

Il 2015, per l'**Unione Ristoranti del Buon Ricordo**, si è aperto con due new entry: si tratta dei ristoranti **Villa Revedin di Gorgo al Monticano (Tv)** e **La Fornace di San Vittore Olona (Mi)**. Caratteristica comune dei locali del Buon Ricordo è la valorizzazione dei prodotti del territorio e delle tradizioni gastronomiche regionali, effigiate anche sui piatti che vengono regalati ai commensali a fine pasto. Tra le specialità di **Villa Revedin i Ravioli di Villa al gransoporo** e per **La Fornace i Ravioli di farro e fagiano nel suo fondo con erba cipollina e lamelle di tartufo nero**. www.buonricordo.it

RELAX SUL LAGO DI COMO

Per una vacanza di charme in un posto davvero speciale, ecco un hotel cinque stelle situato in uno degli angoli più affascinanti del ramo orientale del Lago di Como. Il CastaDiva Resort è il nuovo punto di riferimento del turismo di lusso sul Lago di Como. Composto da **7 ville**, è circondato da un rigoglioso parco botanico. Notevole la SPA: ben 1300 mq dedicati al benessere e al relax. Il ristorante à la carte, **L'Orangerie**, – sotto la guida dell'**Executive Chef Alessio Mecozzi** – offre infine una cucina tradizionale, italiana e locale, e piatti preparati con prodotti freschi locali e di stagione. www.castadivaresort.com.

UN CUORE PER LA RICERCA

Sabato 25 e domenica 26 aprile i volontari di **Telethon e dell'Unione Italiana Lotta alla Distrofia Muscolare** saranno presenti in 500 piazze italiane con i "**Cuori di biscotto**" per sensibilizzare e far conoscere i risultati della ricerca scientifica sulle malattie genetiche rare. "Io sostengo la ricerca con tutto il cuore" è il messaggio che si legge sulla scatola di latta che contiene al suo interno delicati biscotti di frolla e cioccolato. Con il ricavato la fondazione Telethon continuerà a finanziare la ricerca per la cura e per il miglioramento della qualità della vita dei pazienti che sono al centro della sua missione. www.telethon.it.

TRE STELLE FRANCESI

René e Maxime Meilleur del ristorante **La Bouitte a Saint Martin de Belleville**, in Francia, hanno ottenuto il massimo riconoscimento dell'ambita guida rossa. Aperto nel 1976, La Bouitte è diventato nel corso degli anni un indirizzo di riferimento di Châteaux & Hôtels Collection, il brand alberghiero che rappresenta 520 hotel e ristoranti. www.la-bouitte.com

Contorni dall'ORTO

LE PRIMIZIE DI STAGIONE DANNO VITA A PREPARAZIONI INVITANTI E GUSTOSE. DAI LEGUMI FRESCHI, CHE UNITI A CARCIOFI ED ERBE AROMATICHE INTERPRETANO PERFETTAMENTE UN PIATTO DELLA TRADIZIONE LAZIALE, ALLE TENERE E COLORATE ZUCCHINE, CAROTE E TACCOLE, È TUTTO UN TRIONFO DI FRAGRANZE, SAPORI E CONSISTENZE

a cura della redazione;
ricette di ROSANNA BISI
foto di CLAUDIA CUCINELLI

Vignarola

Ingredienti (per 4 persone)

300 g di piselli freschi già sgranati
4 carciofi
1 ciuffo abbondante di mentuccia
300 g di fave fresche già pulite
2 fette di guanciale
1 cipollotto; vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tritate il cipollotto e fatelo rosolare in una padella con un filo di olio; aggiungete i piselli, salate, pepate, bagnate con un pochino di acqua e fate cuocere per circa dieci minuti, fino a quando saranno teneri ma non sfatti.

2. Pulite i carciofi, mondateli e tagliateli a spicchi sottili; fateli rosolare in un tegame con quattro cucchiai di olio, salate, pepate, sfumate con un goccio di vino bianco e fateli cuocere per una decina di minuti. Profumate con la mentuccia, spezzettata, e spegnete.

3. Sbollentate le fave in acqua calda per pochi minuti, scolatele e privatele della pellicina. Tagliate il guanciale a dadini e fateli rosolare in una padella antiaderente, unite le fave e fatele cuocere fino a quando saranno tenere. Salate e profumate con una macinata di pepe. Riunite le verdure in un unico recipiente, amalgamate accuratamente, guarnite con un ciuffetto di mentuccia e servite tiepide.

Ratatouille primaverile
(pag. 126)

Hummus di piselli
(pag. 126)

Ratatouille primaverile

Ingredienti (per 4 persone)

350 g di zucchine
3 cipollotti
300 g di carote
250 g di taccole
1 costa di sedano
1 ciuffo di basilico
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sciacquate bene le verdure e mondatele; tagliate le taccole a tocchetti di circa quattro cm e affettate le carote e le zucchine in obliquo allo spessore di circa un cm. Affettate i cipollotti nel senso della lunghezza e fateli appassire in un tegame con quattro cucchiai di olio e il sedano a tocchetti.

2. Aggiungete le taccole e fate cuocere per dieci minuti, fino a quando si saranno intenerite (se necessario, bagnate con un goccio di acqua calda). Unite quindi le carote e le zucchine, profumate con il basilico e salate leggermente. Incoperchiate e proseguite la cottura per circa 20 minuti, facendo attenzione che il cipollotto non bruci. Quando tutte le verdure saranno tenere, aggiustate di sale e di pepe e servite. Può essere servita anche fredda.

Hummus di piselli

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di piselli freschi già sgranati
1 cipollotto
2 cucchiai di salsa tahina
2 cucchiai di succo di limone
cumino
semi di sesamo tostati
fette di pane casereccio
olio extravergine di oliva
sale di Maldon
sale

Preparazione

1. Preparate la salsa tahina: tostate 150 g di semi di sesamo in una padella antiaderente e raccoglieteli in un mixer da cucina; unite tre cucchiai di olio e mezzo cucchiaino di sale di Maldon, e frullate tutto fino a ottenere una crema vellutata e omogenea.

2. Tritate il cipollotto e fatelo rosolare in una casseruola con un filo di olio; aggiungete i piselli, salate e fate cuocere fino a quando saranno teneri

3. Frullate i piselli con un mixer a immersione, unite la salsa tahina, il succo di limone e un pizzico di cumino, e frullate ancora. Raccogliete la salsa in una ciotolina, spolverizzate con i semi di sesamo e condite con un filo di olio a crudo. Accompagnate con fette di pane tostato e servite.

Mummie di verdure

Ingredienti (per 6 mummie)

250 g di pasta sfoglia
2 zucchine
2 carote
4 fette di prosciutto cotto
100 g di gruyère
glassa all'aceto balsamico
maionese

Preparazione

1. Sciacquate le zucchine e le carote; spuntate e raschiate le carote sotto l'acqua corrente. Tagliate per il lungo le verdure fino a ottenere tanti bastoncini di circa mezzo cm di spessore e 15 cm di lunghezza.

2. Cuocete i bastoncini di verdure a bagnomaria, salandoli leggermente, fino a quando saranno teneri, quindi levateli e fateli raffreddare su un canovaccio pulito. Stendete la pasta sfoglia e tagliatela a striscioline sottili.

3. Unite tra di loro due bastoncini di carote e due di zucchine, avvolgeteli nel prosciutto e infine "bendateli" con le striscioline di sfoglia, lasciando libera la parte superiore. Create una specie di turbante di striscioline di pasta e posatelo all'estremità, lasciando lo spazio per gli occhietti.

4. Con una cannuccia ricavate dal formaggio tanti cerchietti e metteteli sotto il turbante, così da realizzare gli occhietti; create le pupille con due gocce di glassa all'aceto balsamico e distribuite nei piatti da portata. Guarnite a piacere con qualche goccia di maionese e servite.

VERDURE "NASCOSTE" DA UN NASTRO DI SFOGLIA: UN TRUCCHETTO GOLOSO PER FARLE MANGIARE AI BIMBI, TRA I PIÙ RIUSCITI E DIFFUSI, VISTO SUI LIBRI E IN RETE!

In libreria "Scuola di verdure". tante ricette step by step, tecniche di cottura e approfondimenti sugli ortaggi. Per renderli dei veri capolavori (LT Editore,24,90 euro)!

Mummie di verdure

INCANTO CAPRESE

LA MAGIA DEI FARAGLIONI ALL'ALBA, L'INCANTO DELLA VISTA SULLA MARINA PICCOLA AL CREPUSCOLO, LE SEDUZIONI DELLA NUOVA CUCINA CAMPANA… DA PUNTA TRAGARA LA PROSPETTIVA DI CAPRI È DAVVERO SPECIALE: E, TRA IL MARE CHE LUCCICA E LA PIAZZETTA CHE FRICCICA, È ANCHE POSSIBILE SCOPRIRE L'ISOLA PIÙ SEGRETA E AUTENTICA

testi e foto di MASSIMILIANO RELLA

2

1. L'incantevole mare della Marina Piccola, visto dal belvedere su cui si affaccia l'entrata dell'hotel Punta Tragara.
2. Luigi Lionetti, il talentuoso chef del Monzù (ristorante del Punta Tragara), prepara i ravioli alla caprese.

Si trasforma dal giorno alla notte, non appena l'ultimo traghetto imbarca centinaia di turisti "mordi e fuggi" verso il porto di Napoli. Soltanto allora la frenesia del *souvenir*, la calca galleggiante della Grotta Azzurra e le pizze seriali lasciano la scena a una mondanità in tacchi a spillo, maglioncino *cachemire*, sigaro e *whisky*, seduta a gustare il gelato in piazzetta sotto l'Orologio. Nonostante la crisi che attanaglia il turismo, Capri resiste – anzi:"*i nostri numeri crescono in controtendenza col Paese, ma vogliamo qualificare meglio l'offerta per chi pernotta sull'isola, per quel segmento più ricco, più colto e interessante*", afferma il giovane assessore al Turismo, Antonino Esposito. Sarà perché la bellezza naturale dell'isola è ancora prepotente e lascia intuire tesori da ri-scoprire, sarà perché il bello della dolce vita lo si ritrova ancora nella preziosità dei dettagli, come i gioielli di Chantecler, unica griffe autenticamente locale.

Camera con belvedere...

In questo "segmento" turistico d'elezione rientra anche il viaggiatore buongustaio, che a Capri trova una cucina di qualità, prodotti d'eccellenza e non poche curiosità

Pasta e patate con astice e provola dei monti Lattari

Ricetta di Luigi Lionetti, chef del ristorante Monzù

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di pasta mischiata; 2 patate rosse da 150 g l'una; 2 code di astice
2 chele di astice; 20 teste di gamberi; 50 g di provola dei monti Lattari; 20 g di sedano
1 cipollotto nocerino; 1 carota; 20 g di lardo di maiale nero casertano; 1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo; 1 peperoncino; timo; olio extravergine di oliva; sale grosso e fino; pepe

per il brodo vegetale

1 gambo di sedano; 2 carote; 1 cipolla bianca
1/2 finocchio; 1 pomodoro ramato

3

1 Per il brodo vegetale: versate 3 l di acqua fredda in una pentola capiente, unite le verdure, lavate e mondate, e fate cuocere dolcemente per circa 1 ora. Spegnete e lasciate riposare 30 minuti; quindi prelevate le verdure con una schiumarola e filtrate il brodo con un colino a maglie strette.

2 Preparate la bisque: mettete le teste dei gamberi su una placca da forno, rivestita con carta forno, e infornate a 75 °C per un'ora e un quarto circa. Trascorso il tempo, scaldate un filo di olio in una casseruola con l'aglio. Eliminate quest'ultimo, unite i gambi del prezzemolo, lavati e tritati, e le teste dei gamberi, e coprite con un mestolo di brodo. Fate insaporire un paio di minuti, quindi spegnete e lasciate riposare per mezz'ora. Al termine regolate di sale e filtrate con un colino a maglie strette.

3 Estraete la polpa dalle chele e dalle code dell'astice, tagliatela a pezzetti e raccoglietela in una ciotola. Condite con un filo di olio, aggiustate di sale, profumate con il pepe e il timo, e lasciate insaporire. In una casseruola portate a bollore parte del brodo preparato, sbollentate l'astice per 4 minuti circa e tenete da parte.

4 Sbucciate le patate e tagliatele a cubetti. Lavate e mondate le verdure e preparate un trito di sedano, carota e cipollotto. Scaldate un filo di olio in una casseruola, aggiungete il trito di odori, il lardo e il peperoncino a rondelle, e fate soffriggere per qualche minuto. Unite la dadolata di patate e un pizzico di sale grosso e lasciate stufare per 3-4 minuti. Coprite con il brodo vegetale, incoperchiate e proseguite la cottura per una ventina di minuti.

5 Trascorso il tempo, unite il brodo rimanente e portate a bollore. Aggiungete la pasta e proseguite la cottura. Quando manca un minuto al termine, unite l'astice, bagnate con un mestolo di bisque e completate la cottura. Togliete dal fuoco, lasciate riposare per un minuto e mantecate con la provola grattugiata. Condite con un filo di olio a crudo, guarnite con una fogliolina di prezzemolo e servite.

"Capri ve po' 'ncanta' cu na parola
so' accumparut''e stelle a pprimma sera
tutta tragara luce mmiez' 'o mare
na fascia argiento sott' 'e faraglione"

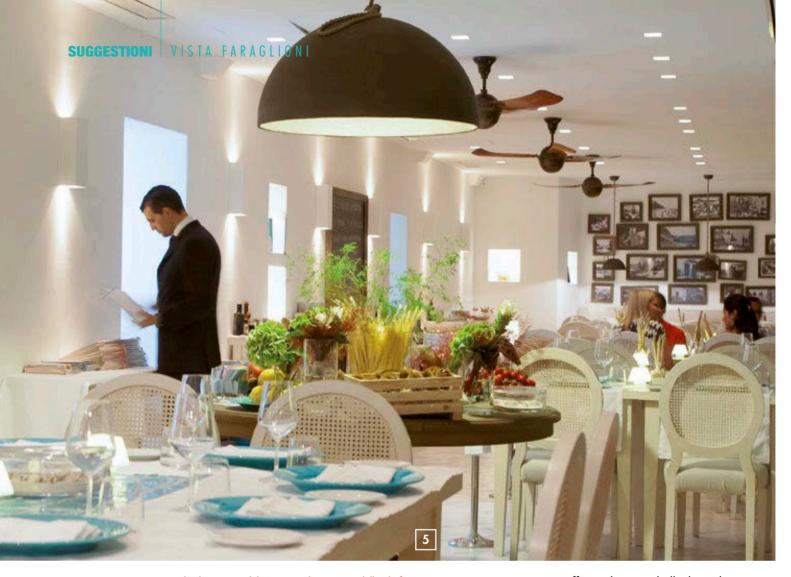
Luna Caprese, Peppino di Capri

4

3. e 4. Due prelibatezze realizzate per noi da Lionetti nelle cucine del ristorante Monzù: la pasta e patate (con ricetta) e la tartare di spigola all'erba cipollina su gazpacho di pomodoro.

gastronomiche, defilate dietro la facciata chiassosa del turismo di massa. Ma, se ai sapori ricercati si unisce la vista più famosa al mondo – i *faraglioni*- allora l'incantesimo sogna lui stesso di non svegliarsi mai. Di rimanere sogno. Un luogo così esiste davvero e si chiama *hotel Punta Tragara*, un 5 stelle lusso da provare almeno una volta nella vita: piscina, sauna, collezione d'arte sparsa, struttura disegnata da un gigante dell'architettura del '900, Le Corbusier, e sapientemente arredata, e un panorama mozzafiato, a 360°, regalato da una posizione privilegiata, forse la più bella dell'isola: su un promontorio che affaccia sui Faraglioni da un lato, sulla Marina Piccola e Anacapri dall'altro e poi volge lo sguardo anche verso la Marina Grande e Villa Iovis.

... e buon mangiare

La cucina del Punta Tragara è d'alta quota, pari alla vista spettacolare del ristorante *Monzù*, eseguita con precisione svizzera e sregolatezza campana dal giovane chef, il caprese Luigi Lionetti. Accuditi da Lionetti e da un personale cordiale e premuroso, al *Monzù* abbiamo

5. La sala da pranzo del Mammà, il ristorante dello chef Gennaro Esposito. 6. Il gallerista Federico Guiscardo Ramondini nella sua casa di Anacapri, affrescata con un murales di Ozmo. L'orto è diventato una galleria d'arte a cielo aperto. Da 8 a 10 fasi di preparazione della pizza "stella", 7, specialità di Mirko Falco della pizzeria Mammà. 11. Degustazione del bianco doc Capri sotto il pergolato di viti della cantina Scala Fenicia.

provato piatti raffinati, buoni e belli da vedere, come una memorabile pasta e patate con crostaceo (di cui vi regaliamo la ricetta), la *tartare* di spigola all'erba cipollina su *gazpacho* di pomodoro; lo scorfano arrostito con crema di fagioli di controne, germogli di spinaci e nocciole. E ancora: i ravioli alla Caprese; il risotto scampi, *lime*, capperi e burrata; la scaloppa di tonno in crosta di pistacchi di Bronte, salsa di peperoni arrosto e capperi in fiore. Lionetti soltanto d'inverno lascia l'isola per collaborare con una taglia forte dell'alta ristorazione regionale, Gennarino Esposito, già stella della *Torre del Saracino* di Vico Equense. Il quale, a sua volta, è stato chiamato ad aggiungere un tocco personale nella cucina del secondo ristorante caprese della proprietà alberghiera del Punta Tragara, il *Mammà*, a due passi dalla piazzetta. Qui, i crudi di scorfano su salsa di pomodoro freddo, mentuccia e peperone gratinato, o i risotti con pesto di basilico, fichi secchi e baccalà, valgono bene la sosta, soprattutto dopo una passeggiata davanti alle vetrine e l'aperitivo in piazza. Altra tappa imperdibile, la pizza. Non una qualunque, ma quella del giovane Mirko Falco, un mago dell'impasto, della pizzeria *Mammà*, locale di charme gemello proprio davanti all'omonimo ristorante. Per la precisione ordinate la "pizza stella": una ciambella a 5 gusti gourmet,

Su e giù per la Scala Fenicia

Quella di Capri, un tempo isola agricola, oggi decisamente turistica, è una viticoltura eroica, cioè praticata in vigneti terrazzati e con lavorazione manuale. Il "vigneto" Caprese conta ormai pochi ettari in produzione, poiché negli anni molti pergolati sono stati sostituiti da giardini e agrumeti. I vitigni isolani sono biancolella (o S. Nicola), falanghina e greco(o giunchese). Da queste uve coltivate con agricoltura biologica l'azienda agricola Scala Fenicia, ultima cantina dell'isola, di proprietà della famiglia Koch, produce un bianco Doc Capri, denominazione ormai rivendicata in esclusiva. La cantina possiede 4mila mq di vigneti, oltre a circa 5mila mq di uliveti. Visite e degustazioni sempre e gratuite, anche per gli escursionisti dell'antica scalinata greco-romana che collegava Capri ad Anacapri, da cui la cantina, poco distante, prende il nome. Prezzo del vino in cantina 14 euro a bottiglia. Via Fenicia 13/15, Capri; tel. 081 8389403; www.scalafenicia.com

12

Ravioli capresi Ricetta di Maria Astarita

Ingredienti (per 6 persone)

500 g di farina; olio extravergine di oliva

per il ripieno

250 g di caciotta fresca grattugiata
100 g di parmigiano grattugiato; 1 uovo; maggiorana

per la salsa al pomodoro

400 g di pomodorini pachino; 1 spicchio di aglio; 1 cipolla tritata
1 ciuffo di basilico; olio extravergine di oliva; sale

1 Versate 1/2 l di acqua in una casseruola, mettete sul fuoco e portate a bollore. In un tegame a parte disponete la farina a fontana, unite al centro due cucchiai di olio, un pizzico di sale e l'acqua bollente, poco alla volta. Lavorate bene fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo, formate una palla e lasciate riposare per circa un'ora.

2 Per il ripieno: raccogliete in una ciotola l'uovo con i formaggi e la maggiorana tritata, amalgamate con cura e tenete da parte. Per la salsa: scaldate 3-4 cucchiai di olio in una casseruola con l'aglio e la cipolla, e fate soffriggere per qualche minuto. Unite i pomodorini, tagliati a metà, aggiustate di sale e lasciate cuocere per circa 15 minuti.

3 Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia sottile e disponete sopra noci di ripieno, distanziandole tra di loro di circa 5 cm. Ripiegate quindi la sfoglia e premete con la punta delle dita per farla aderire bene intorno al ripieno. Con un tagliapasta rotondo e dentellato ricavate tanti ravioli; lessateli in acqua bollente leggermente salata, scolateli e conditeli con la salsa. Impiattate, guarnite con qualche fogliolina di basilico e servite.

13

14

15

16

Da 13 a 16 la preparazione dei ravioli capresi, 12, eseguita secondo il metodo tradizionale dalla cuoca Maria Astarita di Anacapri.
17. La sala lettura con terrazza dell'albergo La Minerva. 18. Le famose campanelle-gioiello di Chantecler, veri capolavori d'arte orafa.
19. Le specialità dolci e salate di Buonocore, rinomata pasticceria, gelateria e gastronomia caprese.

con al centro una seconda pizza fritta ripiena di scarola e provola. Originale e deliziosa. Memorabile. Ma le sorprese non finiscono qui.

Il gusto della scoperta

La Capri più bella si svela anche in percorsi più defilati, che raccontano le tipicità del territorio, la storia, l'arte, la cultura: la passeggiata tra le ville di artisti e intellettuali illustri, soprattutto tedeschi, del primo Novecento, fino ad arrivare a Villa Jovis, grandiosa e spettacolare dimora romana situata sulla sommità del promontorio di Tiberio, che la ebbe come sua ultima residenza. Oppure la visita alla chiesetta di Sant'Anna, un gioiello nascosto tra i vicoli della città vecchia. Lasciatevi condurre nell'esplorazione dalle ottime guide di alcune associazioni culturali locali, come ad esempio Melania, Roberta e Giusy di *Nesea*, ma anche Annarita di *Kaire Arte*, e vi si apriranno scorci di una Capri diversa.

Prelibatezze veraci

Avete spazio per un dolce? Provate *Buonocore*, pasticceria e gelateria (ma anche gastronomia con rustici e frittelle di pasta) sempre affollatissima. Caratteristici sono i dolci mandorlati, i pinolati, i *ricci Capresi*, i coni fatti a mano, i gelati artigianali ai gusti stagionali preparati con la frutta del giardino di famiglia; oltre all'imperdibile *Caprilù*, la seduzione d'un tortino ricotta e limone. Se invece volete imparare a rifare un piatto tipico caprese, la persona giusta è Maria Astarita, cuoca di Anacapri che organizza *catering* a domicilio con specialità isolane, fino a più articolati eventi gastronomici. Le sue dimostrazioni sono accompagnate dalla chitarra di Peppino D'Elia (in arte *Peppino d'Anacapri*) e dal tamburello d'un gruppo folcloristico, il tutto nel giardino di casa. *"Richiamiamo in questo modo l'at-*

20. Lo staff del Punta Tragara e del ristorante Monzù. 21. Il giro dell'isola con Blu Ride. 22. Maioliche tipiche capresi. 23. Picnic "caprese" con le ragazze di Nesea sul monte Solaro.

Blu Ride

Dalla favolosa grotta Azzurra, doppiando punta Carena col suo faro e raggiungendo la grotta Verde, i Faraglioni, la grotta Bianca, fino alla grotta del Corallo: la bellezza del paesaggio di Capri si può scoprire anche dal mare. Gite in fuoribordo e in gozzo attorno all'isola, da aprile a ottobre e anche di notte, con Blu Ride. Durata di 2 ore, 250 euro max 8 persone; mezza giornata, da 380 euro; intera giornata (8 ore) da 480 euro. Sul Molo, via Cristoforo Colombo 7, tel. 334 6652634; www.bluride.it

tenzione sui nostri sapori tipici in un periodo in cui la cucina tradizionale è in crisi, anche perché le donne vogliono stare sempre meno tra i fornelli", ci racconta la signora Astarita, mentre impasta fantastici ravioli indossando per l'occasione il costume tradizionale della "Pacchiana". I ravioli capresi sono ripieni di caciotta fresca fatta in casa, parmigiano, pepe, uovo e maggiorana. Tanto delicati che possiamo accompagnarli con l'altra specialità isolana, il vino Capri Doc della cantina *Scala Fenicia*. Un bianco pulito, dai sentori agrumati e minerali, equlibratoin bocca, fresco e ammandorlato sul finale. Lo pasteggi e pensi: "Una Capri così non me l'aspettavo proprio!".

MANGIARE

IL RICCIO
Ristorante e *beach club* sulle rocce accanto alla grotta azzurra, ambientazione originale e vista panoramica. In tavola protagonista il pesce fresco.
Via Gradola 4, Capri (Na)
tel. 081 8371380
www.ristoranteilriccio.com

PIZZERIA MAMMÀ
La "pizza stella" la troviamo solo qui: a forma di ciambella cotta in forno a legna con 5 guarnizioni diverse. Conto 15 euro.
Via Madre Serafina 11, Capri (Na), tel. 081 8377472
www.ristorantemamma.com

RISTORANTE L'OLIVO
Al ristorante bistellato del lussuoso Capri Palace tradizione e innovazione si incontrano nella selezione di prodotti mediterranei di qualità e nella valorizzazione della cucina di territorio. Chiuso fine ottobre-fine marzo. Conto 4 portate 150 euro; menu degustazione a partire da 120 euro.
Via Capodimonte 14
Anacapri (Na),
tel. 081 9780229
www.capripalace.com

RISTORANTE MAMMÀ
Ingredienti genuini e freschi, e preferenza per i prodotti locali sono l'essenza della cucina a basso impatto ambientale pensata da Gennarino Esposito. Menu degustazione 70 euro.
Via Madre Serafina 6, Capri (Na), tel. 081 8377472
www.ristorantemamma.com

RISTORANTE MONZÙ
Il ristorante *gourmet* dell'hotel Tragara propone una cucina tradizionale rivisitata e legata alle materie prime campane. Conto medio 112 euro vini esclusi; menu degustazione 7 portate 100 euro.
Via Tragara 57, Capri (Na)
tel. 081 8370844
www.monzucapri.it

DORMIRE

CAPRI PALACE
Una grande collezione d'arte contemporanea distribuita nei vari ambienti adorna il 5 stelle

lusso di Anacapri. Aperto aprile-ottobre. Doppia e colazione da 436 euro. **Via Capodimonte 14, Anacapri (Na), tel. 081 9780229 www.capripalace.com**

HOTEL PUNTA TRAGARA
Albergo 5 stelle lusso affacciato sullo splendido mare dei Faraglioni. Offre centro benessere, oltre a piscina e palestra. Aperto da aprile a ottobre. Doppia e colazione da 500 euro.
Via Tragara 57, Capri (Na)
tel. 081 8370844
www.hoteltragara.com

LA MINERVA
Accogliente, elegante e luminoso, con terrazza e piscina all'aperto vista mare. Doppia e colazione da 230 euro.
Via Occhio Marino 8, Capri (Na), tel. 081 8377067
www.laminervacapri.com

SHOPPING

BRUNETTI
Produzione di olio extravergine d'oliva e birra artigianale. Degustazioni e punto vendita nel bar Brunetti, sempre aperto 06-02.
Via G. Orlandi 208, Anacapri (Na), tel. 081 8373783
www.brunetticapri.it

BUONOCORE
Pasticceria e gelateria tradizionale della famiglia Buonocore, alle spalle della piazzetta di Capri. In estate sempre aperto, oppure chiuso martedì.
Via Vittorio Emanuele 35
Capri (Na), tel. 081 8377826

CHANTECLER
Dal 1947 la gioielleria propone capolavori d'arte orafa, come le famose *Campanelle*, nello stile inconfondibile dell'isola.
Via Vittorio Emanuele 49-51 Capri (Na), tel. 081 8370544
www.chantecler.it

IL SANDALO CAPRESE
Dal 1958 lavorazione artigianale su misura del sandalo tradizionale Caprese, comodo e adatto alle strade cittadine.
Via G. Orlandi 75, Anacapri (Na), tel. 081 8373583
www.sandalocaprese.it

LA BOTTEGA DELL'ARTE DI RUBINO
Oggettistica artigianale dalla ceramica classica all'arte contemporanea. Aperto lun-sab.
Via Catena 2-4, Anacapri (Na), tel. 081 8371878
www.raffaellorubino.com

VEDERE

CAPRI CLOU
Galleria di arte contemporanea in un orto. Aperto lun-dom 17,30 e 20,30, o su appuntamento.
Via Orlandi 7 Anacapri (Na)
tel. 333 3835505
www.capriclou.it
www.capritheislandofart.org/it

CHIESA DI SANT'ANNA
Visitabile grazie all'associazione Lions Club Capri e alla parrocchia di S. Stefano.
Via Madonna delle Grazie Capri (Na), tel. 349 5290191
www.capritourism.com

MUSEO DIEFENBACH
Chiuso lunedì. Orari 9-14 e 17-20. Ingresso 4 euro, gratuito fino a 18 anni e per tutti ogni prima domenica del mese.
Nella Certosa di S. Giacomo via Certosa 1, Capri (Na) tel. 081 8376218 www.polo-musealenapoli.beniculturali.it

RAVIOLI CAPRESI
La cuoca Maria Astarita organizza eventi gastronomici e catering a domicilio con specialità isolane. Per gli eventi è gradita una donazione volontaria.
Via Orlandi 44, Anacapri (Na), tel. 081 8371446

22

23

NESEA
EVENTI CULTURALI E TOUR
Animate dal desiderio di offrire un'immagine più autentica della loro isola, le ragazze di Nesea organizzano originali itinerari didattici e visite guidate in luoghi meno conosciuti ma ricchi di storia; tour teatralizzati; percorsi culturali ed enogastronomici, alla scoperta dei saperi e dei sapori antichi di Capri. Compresa la classica salita in seggiovia sul punto più alto dell'isola, il monte Solaro, che con il loro gustoso picnic a base di tipicità locali - i panini mozzarella pomodoro e basilico e le tortine capresi - assume tutto un altro sapore!
Via Sopramonte 19, Capri (Na), cell. 349 5290191
333 5943947
www.neseacapri.it
info@neseacapri.it

Fish & CHIPS

Fish and chips quasi classico
(pag. 140)

FISH AND CHIPS OVVERO PESCE E PATATE, ANZI PATATINE. UN PIATTO COSÌ INGLESE CHE PIÙ INGLESE NON SI PUÒ. CHE QUI PRENDIAMO COME SPUNTO PER PROPORVI QUATTRO CHICCHE DOVE PESCE E PATATE, APPUNTO, RIVELANO LA LORO "INTESA" PERFETTA

di FMB - foto di SABRINA ROSSI

ALICE TV

Gianluca Nosari è in onda con il programma "**BUONGIORNO IN CUCINA**" tutti i giorni alle 7.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Crostini con bocconcini di spada e patate

(pag. 140)

Fish and chips quasi classico

Ingredienti (per 6-8 persone)

1 kg di patate viola
500 g di filetti di merluzzo
farina
olio di semi di arachide
fleur de sel

per la pastella
400 g di farina
2,5 dl di birra
2,5 dl di acqua frizzante
sale e pepe

per la crema di piselli
500 g di piselli già sgranati
1 scalogno
1 ciuffo di menta
burro
brodo vegetale
sale

Preparazione

1. Preparate la pastella: setacciate in una ciotola la farina, con un pizzico di sale e una macinata di pepe, e miscelate. Unite la birra e l'acqua frizzante ben fredda, mescolate bene, mettete in frigo e lasciate riposare per una mezz'ora.

2. Per la crema di piselli: affettate sottilmente lo scalogno e fatelo appassire in una casseruola con una noce di burro. Aggiungete i piselli, profumate con qualche foglia di menta, bagnate con un mestolo di brodo vegetale bollente e fate stufare per 10-15 minuti. Trascorso il tempo, levate dal fuoco e frullate in crema con un mixer (tenete da parte un paio di cucchiai di piselli interi). Regolate di sale, rimettete i piselli interi, mescolate e tenete da parte.

3. Sbucciate le patate, tagliatele a bastoncino e lavatele in una bacinella di acqua fredda. Ripetete l'operazione finché l'acqua risulterà limpida. Al termine, scolatele e asciugatele perfettamente, tamponandole con un canovaccio pulito.

4. Friggete le patatine un po' per volta in abbondante olio di semi ben caldo. Man mano che sono pronte, scolatele e tenetele al caldo in forno.

5. Pulite i filetti di merluzzo eliminando eventuali lische residue, passateli prima in un po' di farina e quindi nella pastella e friggeteli in abbondante olio bollente per 5-6 minuti. Man mano che sono dorati e croccanti, scolateli su un foglio di carta assorbente da cucina.

6. Al termine, salate fish and chips con un pizzico di fleur de sel, portate in tavola e servite nei cartoccetti con a parte la crema di piselli preparata, messa in ciotoline individuali.

Crostini con bocconcini di spada e patate

Ingredienti (per 6-8 persone)

400 g di pesce spada in tranci
500 g di patate
1 cipolla rossa
4 dl di passata di pomodoro
1 rametto di timo
1 rametto di origano
qualche fetta di pane casereccio
capperi sotto sale
olive nere già snocciolate
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Pulite il pesce spada, spellatelo, eliminate eventuali lische e tagliatelo a cubetti non troppo piccoli. Affettate sottilmente la cipolla e fatela appassire in una casseruola con un filo di olio.

2. Profumate con un po' di timo e di origano tritati, aggiungete un cucchiaio di capperi, lavati e tritati grossolanamente, e le olive fatte a rondelle e lasciate insaporire per qualche minuto. Unite la dadolata di pesce e fate rosolare per qualche minuto, mescolando ogni tanto. Levate e tenete da parte

3. Sbucciate le patate, tagliatele a dadini e sciacquatele. Scaldate un filo di olio in un'altra padella. Aggiungete la dadolata di patate, profumate con un po' di timo e di origano tritati e lasciate insaporire per qualche minuto.

4. Aggiungete la passata di pomodoro, incoperchiate e proseguite la cottura a fuoco basso per 20-25 minuti, mescolando ogni tanto (o comunque finché le patate risulteranno cotte al dente).

5. Unite il pesce spada, mescolate, regolate di sale, pepate e proseguite la cottura per qualche minuto ancora. Levate, condite con un filo di olio a crudo e servite su crostini di pane casereccio, tostati.

In libreria "Le mie stagioni". oltre 80 ricette supergustose, divise stagione per stagione! Per una volta, per Gianluca Nosari, non c'è solo il mare! (Sitcom Editore, 19,90 Euro).

Spiedini di polpo e patate

Ingredienti (per 6-8 persone)

1 polpo da 1 kg già lessato
400 g di patate già lessate
1 limone
1 rametto di origano
50 g di mollica di pane raffermo
2-4 pomodorini sott'olio
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate il polpo a pezzetti e le patate a cubetti. Versate un filo di olio in una ciotola, profumate con un po' di scorza del limone, grattugiata, un po' di origano tritato e una macinata di pepe, aggiungete un pizzico di sale ed emulsionate. Mettete il polpo nell'emulsione e lasciate marinare per una mezz'ora.

2. Trascorso il tempo, infilzate il polpo e le patate, alternandoli, in lunghi spiedini di legno. Tritate i pomodorini sott'olio, unite la mollica di pane sbriciolata e un po' di scorza di limone, grattugiata, profumate con un po' di origano tritato e miscelate.

3. Passate gli spiedini nella miscela, disponeteli sulla placca del forno, foderata con carta forno, mettete in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per 5-10 minuti. Levate, portate in tavola e servite.

Perle di patate e cozze nelle cozze con concassé di pomodorini

Ingredienti (per 6-8 persone)

**500 g di patate già lessate; 1 kg di cozze già pulite; 2 uova
1 ciuffo di prezzemolo; 1 limone; 10 pomodorini; 2 spicchi di aglio
1 peperoncino; farina; pangrattato; olio extravergine di oliva; sale e pepe**

Preparazione

1. Raccogliete le cozze in una padella con un filo di olio e uno spicchio di aglio, schiacciato, incoperchiate e fate aprire a fuoco vivace. Poco prima del termine, profumate con un po' di prezzemolo e di peperoncino tritati.

2. Passate le patate in una ciotola. Sgusciate i molluschi dalle conchiglie (conservando l'acqua di cottura e le valve svuotate), tagliuzzateli e aggiungeteli alle patate passate. Unite 1 uovo, regolate di sale, profumate con un po' di prezzemolo tritato e un po' di scorza del limone grattugiata, e amalgamate. Mettete in frigo e lasciate riposare per una mezz'ora.

3. Trascorso il tempo, riprendete il composto e modellate tante crocchettine piccole e rotonde. Passatele prima in un po' di farina, quindi nell'uovo rimasto, sbattuto, e infine nel pangrattato. Scaldate abbondante olio in una padella e friggete le crocchette. Man mano che sono pronte, scolatele su carta assorbente da cucina. Al termine, salatele.

4. Sbollentate i pomodorini per un paio di minuti. Scolateli, tagliateli a metà, eliminate i semi e l'acqua di vegetazione e fateli a dadini. Scaldate un filo di olio in una casseruola con l'aglio rimasto, schiacciato. Eliminate quest'ultimo, unite la concassé di pomodorini e lasciate insaporire per qualche minuto.

5. Bagnate con qualche cucchiaio del liquido di cottura delle cozze, profumate con un po' di prezzemolo e un po' di pepe, e proseguite la cottura per qualche minuto. Distribuite le crocchettine nelle valve e servite nei piatti individuali velati con la concassé di pomodorini.

Le Alici di ALICE

QUAL È IL MOMENTO IDEALE PER FARE INCETTA DI QUESTO PESCE RICCHISSIMO DI OMEGA TRE? PROPRIO QUESTO! E IL MODO MIGLIORE PER ESALTARNE LE CARNI TENERISSIME E IL SAPORE ECCEZIONALE? VE LO SUGGERISCE MICHELE CHINAPPI, CHE, GRAZIE A COTTURE BREVI E PASSAGGI VELOCI IN FORNO, E AD ABBINAMENTI SEMPLICI MA MAI BANALI, LO RENDE PROTAGONISTA INDISCUSSO DI UN INTERO MENU

a cura della redazione; ricette di MICHELE CHINAPPI (Ristorante Chinappi di Formia - Latina) indicazioni e tabelle nutrizionali di Giuseppe Nocca; foto e styling di ELISA ANDREINI

ABBINAMENTO A TUTTO PASTO: IL VITIGNO VIOGNER

A bacca bianca, questo vitigno proviene dalla valle del Rodano, in Francia. Da pochi anni è ben acclimatato in tutta l'Italia centrale e in Sicilia. Le uve, spinte allo stadio di sovramaturazione sulla pianta, esprimono una aromaticità molto intensa armonizzando sentori di albicocca matura, miele, fiori di tamarindo e tiglio, pur conservando una decisa acidità.

LE ALICI

Engraulis encrausicolus, questo il vero nome scientifico delle alici, pesci migratori e gregari che transitano nel mar Tirreno al largo del golfo di Gaeta dalla primavera all'autunno, collocandosi tra i 100 e i 150 metri di profondità. La pesca si concentra in due periodi dell'anno: marzo-giugno e settembre-novembre, quando il pesce raggiunge le dimensioni maggiori e le carni sono più tenere. La cattura avviene prevalentemente nelle ore notturne con reti a circuizione (cianciolo e lampare). Le alici del golfo di Gaeta, salate, sono un Prodotto Agricolo Tradizionale (PAT) della Regione Lazio.

Valutazione sensoriale: il menu si contraddistingue per i sapori sia dolci sia decisi, ma sempre perfettamente bilanciati; nel primo piatto, di origini antiche, la sapidità e grassezza del pesce e della pasta si uniscono alla dolcezza e alla moderata acidità del pomodorino. Nel tramezzino di alici, la provola, passata in forno e quindi fusa, è un ottimo connubio tra il sapore del pesce, la leggera acidità del ciliegino e la dolcezza delle verdure; il tutto esaltato dall'olio extravergine di oliva, preferibilmente delle colline pontine.

"Mare Nostrum", una ricca e completa guida sui pesci e sulla loro stagionalità, con gustose e prelibate ricette per gustarli al meglio (Sitcom Editore: 19,90 euro).

* LA PESCA SI CONCENTRA IN DUE PERIODI DELL'ANNO: MARZO-GIUGNO E SETTEMBRE-NOVEMBRE, QUANDO IL PESCE RAGGIUNGE LE DIMENSIONI MAGGIORI E LE CARNI SONO PIÙ TENERE...

Alici scottate su arance e finocchi

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di alici
2 finocchi
2 arance
1 spicchio di aglio
1 rametto di rosmarino
farina
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le alici e tamponatele con carta assorbente da cucina; con un coltello ben affilato, eliminate la testa, apritele a libretto, avendo cura di non romperle, ed eliminate la lisca centrale.

2. Passate le alici nella farina premendo bene per farla aderire. Scaldate un filo di olio in una padella antiaderente, disponete le alici e fatele cuocere pochi minuti per lato. Condite con un pizzico di sale.

3. Sciacquate e mondate i finocchi (tenendo da parte la barba), quindi tagliateli a spicchi sottilissimi; pelate al vivo le arance e fate anche queste a spicchi. Preparate un'emulsione con olio, aceto, aglio e rosmarino, e lasciate insaporire per circa 30 minuti.

4. Distribuite i finocchi e le arance nelle fondine individuali, disponete le alici e condite tutto con l'emulsione preparata. Guarnite con la barba dei finocchi, profumate con una macinata di pepe e servite.

Spaghettoni alici e pomodorini ciliegino

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di spaghettoni
500 g di alici
150 g di pomodorini ciliegino
40 cl di vino bianco
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
1-2 rametti di finocchietto selvatico
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le alici e tamponatele con carta assorbente da cucina; con un coltello ben affilato, eliminate la testa, apritele a libretto ed eliminate la lisca centrale. In un tegame fate rosolare l'aglio con un filo di olio; unite le alici e fate cuocere per una decina di minuti.

2. A questo punto aggiungete i pomodorini, tagliati a spicchi, e il prezzemolo tritato; sfumate con il vino, profumate con il prezzemolo tritato e proseguite la cottura per altri dieci minuti fino a ottenere una salsa ben addensata.

3. Nel frattempo lessate la pasta in acqua bollente e salata, scolatela molto al dente e mantecate per qualche minuto su fiamma vivace. Impiattate, guarnite con il finocchietto selvatico e servite.

Tramezzino di alici con provola e pomodorino con carciofi e verza

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di alici
200 g di provola
350 g di pomodorini ciliegino
4 carciofi romaneschi già lessati
400 g di verza già lessata
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale

1

PULITE LE ALICI

Sciacquate accuratamente le alici e tamponatele con carta assorbente da cucina; con un coltello ben affilato, eliminate la testa, apritele a libretto, avendo cura di non romperle, ed eliminate la lisca centrale.

2

PREPARATE PROVOLA E POMODORINI

Disponete le alici a libretto su un tagliere. Tagliate la provola a listerelle; sciacquate e fate a rondelle sottili i pomodorini ciliegino.

3

FARCITE LE ALICI

Disponete sulle alici una listerella di provola e poi qualche rondella di pomodoro.

4

COMPLETATE IL TRAMEZZINO E CUOCETE

Mettete un'altra alice già pulita, in modo da coprire completamente la provola e i pomodorini. Trasferite in una teglia, rivestita con carta forno, condite con un pizzico di sale e un filo di olio e infornate a 180 °C per appena cinque minuti. Impiattate, accompagnate con i carciofi e la verza, guarnite con qualche fogliolina di prezzemolo, condite con un altro filo di olio a crudo e servite.

Gli autori di questa rubrica: da sinistra Giuseppe Nocca, lo chef Salvatore Marcia e Anna e Michele Chinappi.

VALUTAZIONE SENSORIALE-NUTRIZIONALE*

Il menu è a bassa densità energetica (solo 131 calorie per 100 grammi), con un apporto di colesterolo nella norma. Ottimo l'equilibrio tra i vari micronutrienti, tra i quali prevale l'apporto di rame, la vitamina A e vitamine del gruppo B; corretto è il rapporto tra i grassi di origine vegetale e quelli di origine animale. Limitato l'apporto di carboidrati complessi che potrà essere calibrato aggiungendo al pasto del pane o altri carboidrati (sia complessi sia semplici) nell'arco della giornata. Con precauzione si potranno assumere altre proteine durante il resto della giornata.

***Giuseppe Nocca è docente di Scienza dell'Alimentazione presso l'IPSSAR "A. Celletti" di Formia, Latina. È socio onorario della Associazione Cuochi del Golfo di Formia ed esperto di prodotti agricoli tradizionali.**

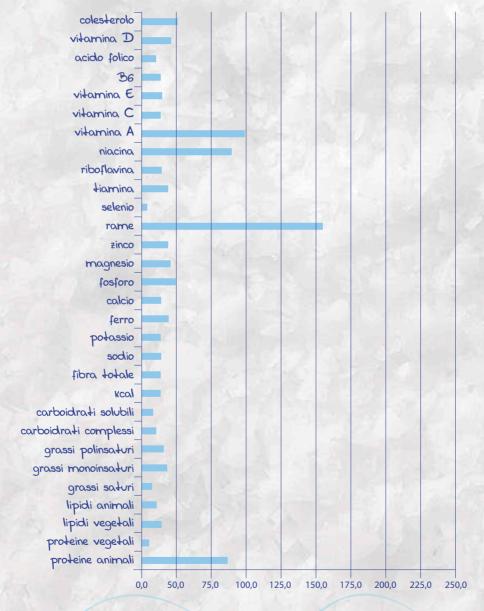



Tabella - percentuale di soddisfacimento della Dose Giornaliera Raccomandata (DGR) di un menu di 300 grammi composto da alici panate, spaghettoni con alici e tramezzino di alici (fonte dati: Banca Dati Istituto Europeo di Oncologia IEO e INRAN)

TERROIR DI MARE

DALLA SICILIA CON PASSIONE: PROPOSTE PERFETTE PER MENU DI FESTA E RICETTE DI PRIMAVERA

di ALESSANDRO APOLITO

Non c'è terra dove la tradizione enogastronomica pasquale sia vissuta come in Sicilia. Per questo abbiamo voluto rendere un omaggio a questa regione, che sotto il profilo enologico ha saputo compiere in pochi anni un vero miracolo, con proposte perfette per menu di festa e di primavera. La Sicilia fino a quaranta anni fa era un bacino di vino da taglio, buono per arricchire i vini del Nord Italia e d'Europa. Oggi è uno splendido astro del panorama viticolo internazionale. Il segreto del successo? Una terra fertile, ricca, solare abbinata alla passione, alla dedizione, all'amore di produttori, donne e uomini, capaci di conquistare il mondo senza dimenticare le radici.

PRIMO

CHIARANDÀ DONNAFUGATA

Minerale e sapido. Con due parole affascina questo Chardonnay, che trova in Sicilia la sua patria d'elezione. Conquista poi con le sue avvolgenti note fruttate, che al palato arrivano potenti eppure equilibrate. Quest'isola è così: cattura con uno sguardo di femmina e ammalia con le sue dolcezze di sole. E Donnafugata sa intrappolarne la forza in bottiglia.

IDEALE CON:

Spaghettoni alici e pomodoro ciliegino (pag. 147)

ANTIPASTO

ERUZIONE 1614 CARRICANTE PLANETA

La Sicilia è terra vulcanica e le eruzioni fanno parte della sua storia. Quella del 1614 durò 10 giorni. 400 anni dopo l'Etna ci regala un'eruzione di profumi e di note vulcaniche in un bianco dall'accento autoctono come questo Carricante. La freschezza si avverte nitida, così come al naso sono puliti i richiami alla mela verde, ai fiori fino ad arrivare al miele.

IDEALE CON:

Crostini con bocconcini di spada e patate (pag. 139)

ANTIPASTO

CHARDONNAY TASCA D'ALMERITA

Volete capire bene il concetto francese di terroir? Lo Chardonnay di Tasca d'Almerita è un vino ideale per rispondere a questa domanda. Le sue note di zagara sono la firma che la Sicilia, in mano a un produttore d'eccellenza, mette su un vitigno francese come lo Chardonnay. Questo vino ha fatto la storia, siamo nell'Olimpo degli appassionati per gusto e raffinatezza.

IDEALE CON:

Fish and chips quasi classico (pag. 138)

SECONDO

ARUNDO MERIDIO

Nasce da un vigneto ad alberello Ibleo questo splendido campione, dalla passione di due geologi vignaioli. Persone che amano la terra, la loro terra in particolare. E questo amore si trasferisce alle piante, prima, al vino e a chi lo consuma, poi. Si avverte il rispetto nella pulizia degli aromi primari dell'uva, la cura con cui viene seguita la fase enologica. Un vino senza solfiti, senza chimica. Solo natura e Sicilia, un mix vincente.

IDEALE CON:

Filetto di scottona di chianina con pesto di cicoria alici e ricotta (pag. 104)

SECONDO

SÀGANA CUSUMANO

Questo vino è un emblema, la metafora della Sicilia che si trasforma e punta decisa verso l'eccellenza. E trova un simbolo identitario: il Nero d'Avola. Cusumano è tra i produttori protagonisti di questa ascesa regionale sul fronte della qualità e il Sàgana ne è la dimostrazione. I suoi sentori di spezie, la sua persistenza ne fanno un nobile campione a tavola.

IDEALE CON:

Filetto di vitello in porchetta con crumble di olive taggiasche (pag. 107)

SECONDO

NURA BIRRIFICIO MALARAZZA

Per chi ama le bionde ad alta fermentazione, questa Nura sarà un colpo di fulmine. La sua freschezza invita al secondo sorso, dove si scopre una bella aromaticità, con una spiccata persistenza. Malarazza è un progetto giovane, nato dalla passione di due ragazzi che hanno un solo pallino in testa: fare la più buona birra "made in Sicily"!

IDEALE CON:

Filetto di suino brado alla birra (pag. 99)

DOLCE

PASSITO DI PANTELLERIA CANTINE RALLO

Non c'è Pasqua senza dolci siciliani. E senza Passito di Pantelleria. Un'isola continente dove si coltiva la vite ad alberello con una maestria tale che oggi è diventata patrimonio dell'Umanità dell'Unesco. Il riconoscimento a una tradizione di cui Rallo sa dare un'interpretazione autentica e di qualità. Meravigliosi i profumi di albicocca e burro di questo vino.

IDEALE CON:

Bombette fritte al pan di spezie con crema pasticciera al cardamomo (pag. 161)

IN BELLA VISTA

HULA UP è la nuova alzatina multilivello di **Silikomart** per presentare al meglio le preparazioni dolci e salate. È disponibile nei modelli S, M e L, composti da una base e da un piatto di diametro rispettivamente di 24, 30 e 35 centimetri. È provvista di un anello girevole che consente di decorare le proprie creazioni senza fatica! C'è poi HULA UP XXL, il kit composto da tutti e tre i piatti di appoggio, sei basi e l'anello girevole, che permette sia di utilizzare le alzatine separatamente, sia di comporre un'alzata multilivello a tre piani. Disponibili nei colori rosa, azzurro, giallo, marrone, nero e bianco.

GUSTO E LEGGEREZZA

La **Mousse Fibra +** è la vellutata realizzata con purea di mela e con l'aggiunta di fibra. Mantiene inalterate tutte le proprietà della frutta fresca e rappresenta la soluzione ideale per un ottimo snack e per regolarizzare la funzionalità intestinale. Disponibile nelle varianti di gusto **Mela e Mela& Prugna**, è prodotta da Chini.

IL BIOLOGICO A PORTATA DI CLICK

Frutta e verdura biologiche direttamente dal produttore a casa vostra. Sul sito **www.bioexpress.it** si scelgono i prodotti, si compone la cesta che viene consegnata a domicilio. Ai frutti della terra si possono anche abbinare altri prodotti biologici tra cui tisane, marmellate, cereali, pasta, legumi, succhi di frutta, pane, formaggi e altro ancora.

VINCI L'ALTO ADIGE!

Dopo il grande successo dello scorso anno, anche quest'anno, **fino al 31 dicembre**, collegandosi al sito www.speck.it e rispondendo a tre facili quesiti inerenti al principe dei salumi altoatesini, si potranno vincere golosissimi premi. Ogni mese infatti un fortunato estratto si aggiudicherà una baffa di Speck Alto Adige IGP e a fine anno, con l'estrazione finale, si decreterà il vincitore del premio più ambito: una settimana di vacanza in Alto Adige per due persone in un hotel del gruppo Vitalpina a propria scelta.

L'ORTAGGIO DI **APRILE**

gli SPINACI

(Allium porrum)

Fa bene perché...

Perché è vero, sono ricchi di ferro, ma il nostro organismo non lo assimila. Invece sono preziosa riserva di vitamine A e C, calcio e fosforo, sono lassativi, rimineralizzanti, antianemici e stimolano cuore e pancreas.

Coltiviamolo così

Chi semina all'asciutto, raccoglie un po' di tutto.
Per coltivare gli spinaci in vaso evitare la luce diretta. Non necessitano di vasi profondi perché basta ricoprire i semi con 1 cm di terra. Necessario invece un buon drenaggio e un terriccio a medio impasto.

• **La semina**
Da febbraio a maggio – ma anche da agosto a novembre – in Luna calante, interrando i semi a 5-6 cm l'uno dall'altro. Quando nascono le prime piantine diradarle per mantenere la distanza di semina. Attenzione ai ristagni d'acqua e annaffiare regolarmente nei periodi più caldi.

• **Raccolta e conservazione**
Si inizia la raccolta quando le foglie esterne sono lunghe 7-8 cm, facendo attenzione a non danneggiare i germogli centrali. Come tutti gli ortaggi da foglia, è bene consumarli freschissimi. In frigorifero si mantengono per 4-5 giorni, lavandoli solo al momento dell'uso. Una surgelazione ben effettuata non li priva del contenuto nutrizionale.

Curiosario

Fu Caterina de' Medici, che amava moltissimo gli spinaci, a trovare loro, nel XVI secolo, il posto che meritavano in cucina. Fino ad allora li si utilizzavano infatti solo come pianta officinale.

Nel cestino del mese

• **Ortaggi:** aglio, agretti, asparagi verdi e bianchi, carciofi, carote, cavolfiori, cavoli broccolo, cavoli cappuccio, cavoli verza, cicorie, cicorini da taglio, cime di rapa, cipolle, fave, finocchi, indivie, lattughe, patate novelle, piselli, porri, radicchi rossi, rape, ravanelli, rucola, sedano, spinaci, valerianella.
• **Frutta:** arance ovali, bergamotti, fragole, limoni, pompelmi.
• **Aromi:** menta, salvia, prezzemolo, rosmarino.

"A San Michele gli spinaci devono avere già la foglia."

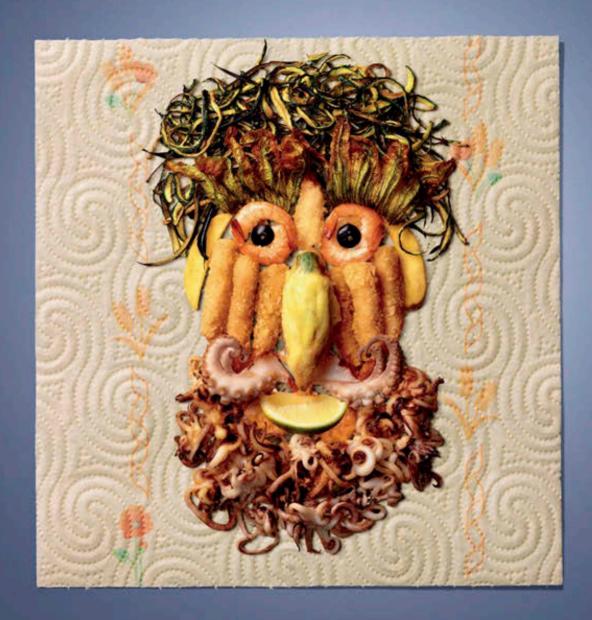
La dispensa

Composta di cipolle
Con le prime cipolle dell'orto si può preparare una composta ottima da mangiare insieme a formaggi e arrosti di maiale. Si prepara facendo appassire in 75 ml di aceto balsamico 450 g di cipolle a fettine. Si uniscono 350 g di zucchero, si fa bollire e addensare. La densità giusta si vede con la classica prova del piattino: inclinandolo la composta non deve scivolare subito via. A quel punto si leva dal fuoco e si mette ancora calda nei vasetti. Si conserva per circa sei mesi.

Almanacco Barbanera nel 1847

Le migliori lumache sono le piccole raccolte sulle foglie della vite, con guscio bianco o rigato; prima di mangiarle si usa di farle espurgare per un paio di giorni.

Tradizione e segreti

Una felice Pasqua!
Senza colomba e uova, di cioccolata e non, la Pasqua non sarebbe tale. Secondo la tradizione, sembra che a inventare il primo dolce "alato", sia stato un panettiere di Pavia che preparò nel giorno di Pasqua un pane dolce a forma di colomba. E poi quel pane volle donarlo in segno di pace al re longobardo Alboino, impegnato in un terribile saccheggio della città. Il dono commosse a tal punto il re, che si ritirò dall'assedio. Anche le uova, sode e benedette, decorate o di cioccolato, sono un classico. Per evitare che quelle sode si incrinino nella cottura, basta un cucchiaio di aceto nell'acqua. Utilizzate invece come decorazione, diventeranno azzurre se lessate con i carciofi, verdi con il prezzemolo e gialle con lo zafferano.

FRAGRANTI DELIZIE

PROTAGONISTA DEL PROGRAMMA "FRITTO E CONTENTO", LO CHEF STELLATO LELE USAI CI DELIZIA CON DELLE VERE GHIOTTONERIE DOLCI. FRITTE NELL'OLIO BOLLENTE, ALLA GIUSTA TEMPERATURA PER ASSICURARE PREPARAZIONI ASCIUTTE E CROCCANTI, VENGONO ABBINATE A MORBIDE CREME O DELIZIOSE FARCE, TRASFORMANDOSI IN PECCATI DI GOLA ASSOLUTAMENTE IRRESISTIBILI

a cura della redazione; ricette di LELE USAI*
foto e styling di ELISA ANDREINI

CONSIGLI PER UN FRITTO PERFETTO

- preferite l'olio di semi di arachide: ottimo per le fritture dolci perché insapore, resistente nel tempo e caratterizzato da un punto di fumo elevato (la temperatura massima che un grasso può raggiungere prima che inizi a deteriorarsi);
- munitevi di un termometro per tenere sotto controllo la temperatura (nei dolci qui proposti, l'olio va portato a una temperatura di 140-160 °C);
- friggete pochi pezzi alla volta così da non abbassare la temperatura del grasso: maggiore è lo shock termico del cibo, minore è l'assorbimento dell'olio;
- la padella più adatta per friggere è quella di ferro, perché permette un riscaldamento dell'olio più graduale, oppure quella di acciaio;
- immergete le preparazioni in abbondante olio ben caldo: in questo modo si formerà una crosticina che impedirà al grasso di penetrare all'interno;
- per evitare che i cibi scoppiettino a contatto con l'olio caldo, asciugateli bene con un foglio di Cartapaglia;
- per togliere l'olio in eccesso dalla padella prima di friggere, utilizzate la Cartapaglia: è assorbente e resistente;
- quando i fritti saranno ben dorati, scolateli con una schiumarola e asciugateli con fogli di Cartapaglia, per assorbire completamente l'olio in eccesso.

Bombette fritte al pan di spezie con crema pasticciera al cardamomo (pag. 162)

*Lele Usai è, insieme a Claudio Bronzi, lo chef del ristorante "Il Tino" di Ostia (una stella Michelin). La sua è una cucina creativa, fresca e giovane, fondata sulla qualità delle materie prime e sulla stagionalità dei prodotti.

Bombette fritte al pan di spezie con crema pasticciera al cardamomo

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di farina 00
75 g di zucchero
20 g di lievito di birra fresco
110 g di acqua
4 tuorli
3 albumi
100 g di burro
8 g di sale
spezie per pan di spezie

per la crema pasticciera
400 g di latte
100 g di panna
150 g di zucchero
40 g di maizena
4 tuorli
semi di cardamomo

vi servono inoltre
olio di semi di arachide
zucchero

Preparazione

1. Preparate l'impasto: in una planetaria raccogliete la farina, lo zucchero, il lievito di birra fresco, i tuorli, gli albumi, 110 g di acqua e un pizzico di spezie; iniziate a impastare, quindi aggiungete il burro e il sale: divideteli in circa cinque parti e uniteli a intervalli di circa cinque minuti. Proseguite a lavorare fino a ottenere un composto sodo e omogeneo.

2. Con l'impasto ottenuto formate tante palline da circa 20 g l'una, copritele con un canovaccio pulito e lasciatele lievitare a temperatura ambiente fino al raddoppio del volume iniziale. In una padella scaldate abbondante olio di semi di arachide, a circa 140 °C, immergete le palline di impasto e friggetele girandole di tanto in tanto.

3. Quando saranno ben dorate, prelevatele con una schiumarola, scolatele e fatele asciugare su un foglio di Cartapaglia per eliminare l'olio in eccesso. Preparate la crema: in una casseruola raccogliete il latte, la panna e qualche seme di cardamomo pestato, mettete sul fuoco e portate a bollore.

4. A parte miscelate lo zucchero con la maizena, unite i tuorli e amalgamate fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Versate il latte e la panna caldi, rimettete sul fuoco e fate cuocere a fiamma dolce mescolando di continuo fino a ottenere una crema dalla giusta consistenza. Raccogliete la crema in un sac à poche, farcite le bombette fritte e spolverizzatele con un po' di zucchero. Portate in tavola e servite.

ALICE TV

Lele Usai è in onda con il programma "FRITTO E CONTENTO". Tutti i giorni alle 15.00 su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Involtini croccanti di mele pinoli e uvetta con crema inglese alla vaniglia

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di mele annurche
50 g di burro
75 g di zucchero di canna
50 g di pinoli già pelati
50 g di uvetta
3 fogli grandi di pasta fillo
cannella in polvere

per la crema inglese
300 g di latte
200 g di panna
1 bacca di vaniglia
8 tuorli
150 g di zucchero

vi servono inoltre
olio di semi di arachide
burro

Preparazione

1. Sbucciate le mele ed eliminate il torsolo, quindi tagliatele a dadini regolari di un cm. In una padella antiaderente fate sciogliere il burro e aggiungete le mele e lo zucchero di canna, quindi alzate il fuoco e fate cuocere per tre minuti. Togliete le mele dalla padella e fate ridurre il liquido di cottura, fino a farlo caramellare.

2. Riunite il liquido caramellato alle mele. Aggiungete un pizzico di cannella, i pinoli e l'uvetta, ammollata in acqua fredda e ben strizzata, mescolate e lasciate raffreddare. Stendete un foglio di pasta fillo e spennellatelo con un po' di burro fuso, quindi sovrapponete un altro foglio di pasta e ripetete l'operazione.

3. Tagliate la sfoglia in quattro quadrati regolari e disponete al centro la farcia, quindi chiudete le estremità ricavandone dei saccottini; aiutandovi con una pinza da cucina, per mantenerli ben chiusi, immergeteli in olio ben caldo, a 160 °C, e friggeteli. Quando saranno ben dorati, prelevateli con una schiumarola, scolateli e fateli asciugare su un foglio di Cartapaglia per eliminare l'olio in eccesso.

4. Per la crema inglese: in una casseruola raccogliete il latte e la panna; incidete per il lungo la bacca di vaniglia, raschiatela e prelevate i semi. Uniteli ai liquidi, mettete sul fuoco e portate a bollore. A parte lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso.

5. Versate lentamente il latte e la panna caldi, mescolate accuratamente e rimettete sul fuoco, quindi fate cuocere, mescolando in continuazione, fino a ottenere una crema dalla giusta densità (dovrete portare il composto a circa 83 °C). Velate i piatti da portata con un cucchiaio di crema, disponete sopra gli involtini croccanti e servite.

Involtini croccanti di mele pinoli e uvetta con crema inglese alla vaniglia

Cannoli fritti
con ricotta al pepe nero e ciliegie sotto spirito

Ingredienti (per 4 persone)

per i cannoli
150 g di farina 00
10 g di zucchero; 1 albume
10 g di cacao amaro in polvere
10 g di caffè in polvere
10 g di marsala superiore
10 g di brandy; 10 g di burro
1 pizzico di sale

per la farcia
1 kg di ricotta di pecora freschissima
100 g di zucchero a velo
pepe di sarawak

vi servono inoltre
10 ciliegie sotto spirito; burro
olio di semi di arachide

Preparazione

1. Preparate i cannoli: lavorate tutti gli ingredienti insieme fino a ottenere un composto sodo e omogeneo; formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per circa due ore.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete l'impasto con un matterello fino a ottenere una sfoglia molto sottile; con un coppapasta da circa 10 cm di diametro ricavate tanti dischetti, ungeteli con il burro fuso e arrotolateli negli appositi cilindri in acciaio per cannoli.

3. Scaldate abbondante olio di semi in padella e friggete i cannoli a 160 °C; quando saranno ben dorati, prelevateli con una schiumarola, scolateli e fateli asciugare su un foglio di Cartapaglia per eliminare l'olio in eccesso.

4. Per la farcia: passate la ricotta a un setaccio a maglie strette e raccoglietela in una ciotola; unite lo zucchero a velo e una macinata abbondante di pepe, e lavorate accuratamente fino a ottenere una crema omogenea. Farcite i cannoli con la crema di ricotta.

5. Distribuite le ciliegie sotto spirito e un goccio dell'alcol di conserva nei piatti da portata, disponete i cannoli fritti e servite.

LE RIVISTE DI **LT EDITORE**

MARCOPOLO

Questo mese con **Marcopolo** vi portiamo con Francesca Chillemi in **Sicilia**: da **Trapani** a **Scopello**, passando per **San Vito Lo Capo** e tanti altri splendidi posti, tra natura e bontà da gustare. Ricche, come sempre, le pagine dedicate alla Gastronomia: con la bella stagione, è il momento di **merende** e **picnic**. Gli indirizzi per **spuntini take away** o **cesti già pronti**, gli **spazi verdi** in città, le **ricette per panini** e altri sfizi. Inoltre, non perdete in edicola la guida **Diari di Viaggio Thailandia**: tutto il meglio del Paese orientale più amato dagli italiani. I **must** da non perdere, le **novità** di Bangkok, le nuove aperture e i migliori **hotel**, **ristoranti** e **locali**. Con tante **fotografie**, **informazioni** pratiche e **cartine**.

CASE & STILI

Un numero sullo stile italiano, questo di aprile-maggio di Case&Stili, dedicato ad interni da nord a sud della Penisola. A **Milano**, l'appartamento dell'architetto brasiliano Ricardo Bello Dias, ricavato da un garage di gommista; a **Bologna**, una villa degli anni '60 rivisitata dall'architetto Carlo Colombo; a **Narni**, in Umbria, il casale ristrutturato del fotografo Alessandro Valeri; a **Roma**, l'open space in un antico palazzo su Piazza di Spagna; e poi a sud un attico a **Napoli** e una villa nei pressi di **Salerno**, in cui il progetto creativo si esprime con linguaggi diversi ed egualmente fascinosi. Nello **Speciale** sul **Salone del Mobile di Milano**, le anteprime su arredamento, illuminazione e soluzioni per l'ufficio tracciano un percorso delle ultime tendenze, da cui prendere spunti ed indicazioni. Ed è italianissimo anche il **reportage immobiliare** di questo numero, con **Roma protagonista** e le sue splendide case in vendita nel centro più storico del mondo.

ALICE KOCHEN

È nelle edicole di Germania, Austria e Svizzera il nuovo numero del magazine Alice Kochen – Das Magazine des guten Geschmacks. Potrete seguire la passione per la cucina anche sul **nuovo canale** in lingua tedesca **Alice**, in onda sulla piattaforma **Astra**, e sul portale web www.alicekochen.de. Il mondo di Alice è un sistema multimediale interamente dedicato alla cultura gastronomica italiana tradizionale e contemporanea, adesso anche internazionale.

RITORNO al passato

MORBIDO E IRRESISTIBILE, IL BUDINO È IL DOLCE AL CUCCHIAIO DELL'INFANZIA. PREPARATO AD ARTE DALLA NOSTRA PASTICCIERA SICILIANA, VIENE DECLINATO IN SEI VERSIONI DIVERSE, UNA PIÙ GOLOSA DELL'ALTRA

di **EMANUELA BIANCONI**; ricette di **FELICETTA ARGENTINO**
foto di **CLAUDIA CUCINELLI**

Budino alle fragole e panna (pag. 168)

• **Felicetta Argentino** è di Marzamemi, piccolo borgo in provincia di Siracusa. Grazie alla mamma Irene, cresce con una grande passione, quella per la cucina. E diventa una cuoca di ordinaria... virtù.

Budino al cioccolato di Modica (pag. 168)

Budino alle fragole e panna

Ingredienti

300 g di fragole
già mondate
500 ml di latte
120 g di zucchero
70 g di amido di mais
1 limone

per la decorazione

150 g di fragole
150 ml di panna fresca
già montata
cannella in polvere

Preparazione

1. Raccogliete le fragole nel bicchiere del frullatore e frullate; versate il frullato in una casseruola, aggiungete il latte e mescolate bene. Quindi mettete sul fuoco e fate scaldare a fiamma dolce.

2. In un'altra casseruola raccogliete lo zucchero, l'amido setacciato e la scorza grattugiata del limone, e mescolate. Unite a filo il latte caldo, amalgamando con una frusta, rimettete sul fuoco, sempre a fiamma bassa e mescolando di continuo, fino ad addensamento.

3. Distribuite il composto negli stampini per budino, inumiditi con un goccio di acqua fredda, e mettete in frigorifero per 3-4 ore. Al momento di servire, immergete gli stampini in acqua calda per alcuni secondi e sformateli sui piatti da portata. Decorate con ciuffi di panna montata e adagiate una fragola su ciascun budino. Spolverizzate con un pizzico di cannella e portate in tavola.

Budino al cioccolato di Modica

Ingredienti

160 g di cioccolato fondente
di Modica
160 g di burro
170 g di zucchero
800 ml di latte
80 g di amido di mais
rum

per la decorazione

200 ml di panna fresca
150 g di fragole
foglioline di menta
e gelsomino

Preparazione

1. In una casseruola versate il latte, mettete sul fuoco e fate scaldare; a parte fate sciogliere il cioccolato, tritato grossolanamente, con il burro a pezzetti e lo zucchero mescolando in continuazione con un cucchiaio.

2. Appena il composto sarà sciolto, togliete dal fuoco e incorporate l'amido di mais, un po' alla volta, e il latte bollente, sempre continuando a mescolare. Rimettete su fuoco basso e fate addensare, quindi lasciate sobbollire per altri 5 minuti e spegnete. Aggiungete un cucchiaio di rum e mescolate.

3. Bagnate gli stampini individuali con un goccio di rum; distribuite il composto negli stampini e fate intiepidire. Trasferite in frigorifero e fate riposare per almeno due ore.

4. Al momento di servire, sformate nei piatti da portata e guarnite con un ciuffo di panna montata, le fragole a pezzetti e le foglie di menta e gelsomino, e portate in tavola.

Budino alle mandorle di Avola

Ingredienti

1 l di latte
100 g di mandorle di Avola
(cultivar pizzuta)
100 g di zucchero
90 g di amido di mais
1 cucchiaio di cacao amaro
in polvere
1 pizzico di cannella
in polvere

per la decorazione

granella di mandorle
cannella in polvere
topping al cioccolato

Preparazione

1. Fate tostare leggermente le mandorle in forno o in una padella antiaderente, quindi levatele e tritatele non troppo finemente. In una casseruola raccogliete lo zucchero, l'amido e il cacao setacciati insieme, il latte e la cannella. Amalgamate bene, mettete la casseruola sul fuoco a fiamma bassa e fate cuocere, mescolando di continuo.

2. Appena il composto inizierà ad addensarsi, versate le mandorle e mescolate ancora per qualche minuto. Togliete dal fuoco e distribuite il composto ottenuto negli stampini, inumiditi con un goccio di acqua fredda. Fate intiepidire e mettete in frigorifero per 3-4 ore.

3. Al momento di servire, sformate i budini nei piatti da portata, decorate con la granella di mandorla, un pizzico di cannella e il topping al cioccolato, e portate in tavola.

Budino alle mandorle di Avola

Budino al miele di zagara (pag. 172)

Budino di ricotta ai canditi (pag. 172)

Budino al miele di zagara

Ingredienti

500 ml di latte
200 ml di miele di zagara
3 tuorli
1 cucchiaio di liquore all'arancia (cointreau, grand marnier...)
16 g di gelatina in fogli

per la decorazione
mandorle di Avola già sgusciate
miele di zagara

Preparazione

1. Mettete la gelatina in ammollo in acqua fredda. Nel frattempo raccogliete il miele in una casseruola, mettetelo sul fuoco e fatelo scaldare su fiamma bassa finché risulterà fluido. Versate il latte a filo nella casseruola con il miele e mescolate fino a ottenere un composto omogeneo.

2. Sbattete i tuorli con una frusta e incorporateli al latte; continuate a mescolare per alcuni secondi, quindi togliete dal fuoco. Scolate la gelatina, strizzatela bene e fatela sciogliere nel composto ben caldo. Unite il liquore e amalgamate ancora.

3. Distribuite il composto ottenuto negli stampini da budino, filtrandolo attraverso un colino. Fate intiepidire e mettete in frigorifero per almeno 6 ore. Al momento di servire, immergete gli stampini in acqua calda per alcuni secondi e sformateli nei piatti da portata; decorate con le mandorle, tritate grossolanamente, e con un filo di miele, e portate in tavola.

Budino di ricotta ai canditi

Ingredienti

900 g di ricotta di pecora
200 g di zucchero
1 pizzico di cannella in polvere
50 g di cioccolato fondente di Modica
50 g di canditi misti
30 g di maizena
1 arancia
4 tuorli
3 albumi
2 cucchiai di maraschino
burro
pangrattato fine
sale

per la decorazione
scorze di arancia candita
cioccolato fondente di Modica

Preparazione

1. Mettete la ricotta a scolare per alcune ore, quindi passatela al setaccio in una ciotola; aggiungete lo zucchero e la cannella, e mescolate bene. Profumate con la scorza di arancia grattugiata, unite i tuorli, il liquore e la maizena setacciata, e mescolate ancora.

2. Aggiungete i canditi misti, tagliati a dadini, e il cioccolato, tritato grossolanamente. Montate gli albumi a neve con un pizzico di sale e incorporateli al composto mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto.

3. Imburrate gli stampini per budino e spolverizzateli con il pangrattato. Distribuite all'interno il composto e fate cuocere in forno a bagnomaria a 200 °C per 20 minuti; trascorso questo tempo, abbassate la temperatura a 180 °C e proseguite per altri 30 minuti.

4. Quando la superficie sarà leggermente dorata, levate e fate raffreddare. Sformate nei piatti da portata, decorate con scorze di arancia candita e cioccolato fondente tritato, e servite.

Budino al caffè

Ingredienti

500 ml di latte
4 tuorli
100 g di zucchero
90 g di maizena
1 cucchiaino di cacao amaro in polvere
2 tazzine di caffè della moka

per la decorazione
chicchi di caffè
panna montata
cacao amaro in polvere

Preparazione

1. In una casseruola versate il latte, mettete sul fuoco e fate scaldare; nel frattempo lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Quando il latte sarà caldo, unite il caffè, mescolate e versate a filo nel composto di uova e zucchero.

2. Aggiungete anche la maizena e il cacao, setacciati insieme, e amalgamate. Rimettete la casseruola sul fuoco a fiamma bassa e fate addensare, mescolando in continuazione. Quando il composto si sarà addensato, togliete la casseruola dal fuoco e distribuitelo nelle tazze o negli stampini individuali. Lasciate intiepidire e trasferite in frigorifero per almeno due ore.

3. Al momento di servire, decorate la superficie dei budini con un ciuffo di panna montata e qualche chicco di caffè. Spolverizzate con il cacao amaro e portate in tavola.

Budino al caffè

A LEZIONE DI CARAMELLO

DA UNO DEGLI ATENEI PIÙ RINOMATI E ALL'AVANGUARDIA D'ITALIA, ECCO UNA SCUOLA DI CARAMELLO... AD ALTISSIMO TASSO DI BONTÀ. REALIZZATA PER NOI DAL DOCENTE SALVO LEANZA, PASTICCIERE E CIOCCOLATIERE DI NUOVA GENERAZIONE

a cura della redazione; ricette di **SALVO LEANZA*** - foto di **ANTONELLA ARAVINI**

* **Salvo Leanza** è pasticciere e docente di **Coquis, Ateneo Italiano della Cucina**. Con sede a Roma, Coquis è tra le scuole professionali più all'avanguardia e rinomate d'Italia e d'Europa. Propone un'altissima formazione professionale rivolta a chef, pasticcieri, pizzaioli e addetti al servizio di sala; a questa, si affianca anche un'ampia proposta di corsi amatoriali. Grazie all'esperienza e alla passione dei suoi fondatori, i fratelli Troiani, e del corpo docente di grande qualità, l'ateneo ha ottenuto importanti riconoscimenti internazionali.

Bonet all'amaretto
e cioccolato di origine
(pag. 176)

SCUOLA DI CUCINA

Bonet all'amaretto e cioccolato di origine

Ingredienti

per il caramello
300 g di zucchero
100 g di acqua
1 bacca di vaniglia

per il bonet
500 g di latte; 100 g di zucchero
150 g di uova
100 g di amaretti
200 g di gocce di cioccolato di origine fondente al 70%
50 g di amaretto di Saronno

vi servono inoltre
3 amaretti
panna montata
palline di cioccolato fondente

1

CUOCETE A SECCO LO ZUCCHERO

Mettete sul fuoco una casseruola e versate lo zucchero poco per volta; fate sciogliere mescolando continuamente e molto delicatamente. Nel frattempo portate a bollore l'acqua con la bacca di vaniglia.

2

UNITE L'ACQUA

Quando lo zucchero si sarà sciolto completamente, versate l'acqua lentamente e poca per volta, facendo attenzione al vapore.

UNA QUESTIONE DI TEMPERATURA

Fate cuocere il caramello, sempre mescolando, fino a quando arriverà alla temperatura di circa 106 °C.

4

NELLO STAMPO E POI FATE RAPPRENDERE

Versate il caramello in uno stampo da plumcake in acciaio; fate raffreddare fino a quando il caramello si sarà solidificato.

PASSATE AL BONET

In una casseruola versate il latte, mettete sul fuoco e portate a bollore; sbriciolate gli amaretti, uniteli al latte e fate cuocere.

6

AMALGAMATE GLI INGREDIENTI

Nel frattempo in una ciotola lavorate le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; versate il latte caldo e amalgamate. Completate con le gocce di cioccolato e l'amaretto, e amalgamate perfettamente.

VERSATE NELLO STAMPO E POI IN FORNO

7

Trasferite il composto nello stampo da plumcake, infornate a 95 °C e fate cuocere per circa 80 minuti (in forno ventilato). Trascorso il tempo di cottura, levate e fate raffreddare. Mettete in frigorifero per una notte intera. Al momento di servire, sformate il bonet su un piatto da portata e guarnite con amaretti, ciuffetti di panna montata e palline di cioccolato fondente.

Mousse al cioccolato latte e caramello

Ingredienti

per la base al riso soffiato
200 g di cioccolato al latte
100 g di pasta di nocciole
100 g di riso soffiato croccante

per la mousse al cioccolato e caramello
200 g di zucchero
400 g di panna
200 g di tuorli
300 g di cioccolato al latte
10 g di gelatina
600 g di panna semimontata

per la glassa al caramello
150 g di glucosio
200 g di zucchero
500 g di panna
200 g di cioccolato al latte
30 g di fecola

vi servono inoltre
nocciole tostate

Preparazione

1. Per la base al riso soffiato: fate fondere il cioccolato a 32 °C, unite la pasta di nocciole a temperatura ambiente e il riso soffiato, e amalgamate accuratamente. Distribuite il composto ottenuto all'interno di coppapasta in acciaio (da 20 cm di diametro e 4 cm di altezza) a uno spessore di 5 mm.

2. Per la mousse al cioccolato e caramello: in una casseruola cuocete poco per volta lo zucchero a una temperatura di 170 °C; versate a filo la panna bollente, facendo attenzione al vapore. Aggiungete la miscela ai tuorli sbattuti, rimettete sul fuoco e fate cuocere a 82-84 °C.

3. Unite la gelatina, ammorbidita in acqua fredda e ben strizzata, amalgamate accuratamente e filtrate. Fate raffreddare a 25 °C e incorporate infine la panna semimontata; colate la mousse all'interno dei coppapasta sulla base al riso soffiato, alternandola a lamelle di cioccolato al latte temperato. Trasferite in freezer per sei ore.

4. Per la glassa: fate cuocere il glucosio fino a 130 °C, unite lo zucchero e portate tutto a 195 °C; in una casseruola fate bollire la panna, quindi unitela poco per volta allo zucchero. Versate a pioggia la fecola e fate cuocere a 102 °C. Mixate e unite il cioccolato, quindi fate raffreddare e utilizzate a 24 °C.

5. Sformate la mousse e disponetela nei piatti da portata; aiutandovi con una spatola glassatela con la glassa al caramello, decorate con una nocciola tostata e servite.

Crème caramel al profumo di arancia

Ingredienti

per il caramello
300 g di zucchero; 100 g di acqua
1 bacca di vaniglia

per la crema cotta all'arancia
500 g di latte; 150 g di uova; 50 g di tuorli
125 g di zucchero; 30 g di grand marnier
1 arancia; 1 bacca di vaniglia

vi serve inoltre
scorza di arancia candita

Preparazione

1. Per il caramello: mettete sul fuoco una casseruola e versate lo zucchero poco per volta; fate sciogliere mescolando continuamente e molto delicatamente. Nel frattempo portate a bollore l'acqua con la bacca di vaniglia.

2. Quando lo zucchero si sarà sciolto completamente, versate l'acqua lentamente e poca per volta, facendo attenzione al vapore. Fate cuocere il caramello, sempre mescolando, fino a quando arriverà alla temperatura di circa 106 °C.

3. Versate il caramello negli stampini da crème caramel in acciaio; fate raffreddare fino a quando il caramello si sarà solidificato. Per la crema cotta all'arancia: scaldate il latte con metà zucchero e la scorza di arancia; a parte sbattete le uova con lo zucchero restante, i semi della bacca di vaniglia e il grand marnier.

4. Versate il latte, filtrato, e fate cuocere per qualche minuto, mescolando in continuazione. Distribuite la crema negli stampini e fate cuocere in forno ventilato a 90 °C per 60-80 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate raffreddare. Trasferite in frigorifero per una notte intera.

5. Al momento di servire, sformate i crème caramel nei piatti da portata, guarnite con la scorza di arancia, tagliata a julienne, e servite.

Tatin di mango con il suo nido croccante

Ingredienti

per il caramello
300 g di zucchero; 100 g di acqua
1 bacca di vaniglia

per il mango
500 g di mango (varietà alfonso)
100 g di caramello
50 g di miele di acacia
10 g di zenzero fresco
zucchero di canna

per il nido
200 g di pasta kataifi
50 g di zucchero a velo
50 g di burro

Preparazione

1. Preparate il caramello. Cuocete a secco lo zucchero: versatelo poco per volta in una casseruola e aspettate che si sciolga girando piano fino a completo scioglimento. Portate a bollore l'acqua con la bacca di vaniglia e versatela poco per volta sul caramello, facendo attenzione al vapore.

2. Per il mango: sbucciatelo, dividetelo a metà e tagliatelo a listerelle; cospargetele con il miele, il caramello e lo zenzero grattugiato. Distribuite negli stampini in silicone a semisfera e fate cuocere in forno a 160 °C per 20 minuti. Levate, spolverizzate con zucchero di canna e fate gratinare per qualche minuto. Levate e tenete da parte.

3. Per il nido croccante: con la pasta kataifi realizzate tanti nidi da circa 4 cm di diametro; sistemateli su una teglia da forno, rivestita con carta forno, spolverizzate con zucchero a velo e burro fuso, e infornate a 170 °C per 10 minuti. Levate e lasciate raffreddare. I nidi serviranno come contenitore per il gelato.

4. Nei piatti da portata disponete i nidi croccanti e adagiate sopra il mango; spolverizzate con lo zucchero di canna e fate gratinare sotto il grill del forno. Decorate con il caramello e servite.

Croccante al pistacchio con zabaione al passito

Ingredienti

per il croccante

500 g di zucchero
200 g di acqua
150 g di glucosio
300 g di granella di pistacchi
20 g di burro

per lo zabaione al passito

150 g di passito
120 g di tuorli (circa 7)
90 g di zucchero

Preparazione

1. Preparate il croccante: in un pentolino raccogliete l'acqua, il glucosio e lo zucchero, senza mescolare, mettete sul fuoco e fate cuocere fino a 165 °C; nel frattempo fate tostare in forno la granella di pistacchi a 140 °C per 5 minuti.

2. Versate la granella di pistacchi nel pentolino con lo zucchero cotto, fuori dal fuoco; unite il burro e amalgamate accuratamente. Stendete il composto ottenuto tra due fogli in silicone e con un matterello appiattiteli allo spessore di due mm. Lasciate rapprendere e ricavate infine tante barrette.

3. Per lo zabaione: in un pentolino raccogliete tutti gli ingredienti e fate cuocere a bagnomaria, mescolando energicamente con una frusta. Quando il composto sarà ben montato, stabilizzatelo a 78-80 °C. Versate lo zabaione nelle ciotoline individuali, accompagnate con le barrette di croccante e servite.

iL PULCINO Pio

ROXANA MARA LICHE CI GUIDA NELLA REALIZZAZIONE DEGLI ORIGINALISSIMI PUSH-UP CAKE POPS. COMPOSTI DA STRATI ALTERNATI DI BASE AL CIOCCOLATO E MORBIDA CREMA, VENGONO GUARNITI SULLA SOMMITÀ CON DELIZIOSI PULCINI DI GHIACCIA REALE

a cura della redazione; ricetta e decorazione di ROXANA MARA LICHE
foto e styling di ELISA ANDREINI

* Roxana Mara Liche è decoratrice e cake designer. Lavora nell'agriturismo di famiglia Casetta Alta, a Brusasco (To), dove si occupa della realizzazione di dolci e torte decorate, e dell'allestimento per matrimoni ed eventi. Di produzione dell'azienda anche miele e confetture. Il suo blog è blog.alice.tv/cakebyrox.

Push-up pops pulcino

Ingredienti

per la base al cioccolato
150 g di farina
150 g di zucchero
150 g di cioccolato fondente
150 g di burro
4 uova
1 bustina di lievito per dolci

per la crema al formaggio
200 g di formaggio fresco spalmabile
100 g di zucchero a velo
1 bacca di vaniglia
100 g di panna montata

per la decorazione
ghiaccia reale (o crema al burro)
coloranti alimentari (giallo, verde, arancione e nero)

Preparazione

1. In una planetaria montate i tuorli con lo zucchero e il burro a pomata fino a ottenere un composto gonfio e spumoso; unite il cioccolato, fuso ma non caldo, e continuate a montare. Spegnete la planetaria, aggiungete la farina e il lievito, setacciati insieme, e incorporate lentamente.

2. Montate gli albumi a neve ben ferma e incorporateli delicatamente al composto con movimenti dal basso verso l'alto. Versate il composto in una teglia rettangolare, rivestita con carta forno, e infornate a 170 °C per 30 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

3. Lavorate il formaggio con lo zucchero e la vaniglia fino a ottenere un composto gonfio e omogeneo; aggiungete la panna montata e dividete il composto ottenuto a metà: colorate una parte con il colorante verde e l'altra con quello giallo.

4. In un sac à poche raccogliete la ghiaccia reale gialla ben soda; realizzate i pulcini su un foglio di carta forno partendo dal corpo e facendo una pressione più leggera verso la fine, per far uscire meno ghiaccia reale e realizzare la coda (**foto A**).

5. Fate una pressione decisa ma breve con il sac à poche e realizzate la testa; con una bocchetta a stella create le ali (**foto B**) e fate rapprendere per almeno 4 ore. Con la ghiaccia reale arancione create il becco e le zampette, e con quella nera gli occhietti (**foto C**).

6. Con gli appositi contenitori per push-up pops ricavate tante forme dalla base al cioccolato, quindi componeteli alternando la base al cioccolato alle due creme (**foto D**). Trasferite in frigorifero e lasciate rapprendere. Al momento di servire, togliete i push up pops dal frigorifero e adagiate sopra il pulcino.

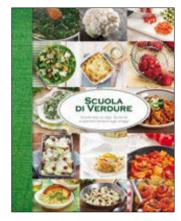
I LIBRI DI **LT EDITORE**

SCOPRI LE OFFERTE DI BOTTEGA ITALIANA **www.bottegaitaliana.it**

Novità

IL LIBRO DEL TIRAMISÙ

Morbido, vellutato e pieno di gusto… come si poteva escluderlo da Le Passioni? Non si poteva, quindi ecco Il libro del tiramisù, dolce di tradizione ma che si presta a varianti sfiziose e originali. Con questo volume in casa, perfino i più integerrimi non riusciranno a dire di no a una verrina di tiramisu appena uscito dal firgo, perché abbiamo selezionato le ricette più ghiotte del panorama gastronomico nostrano.

LT Editore - 14,90 euro

Novità

L'ARTE DELLA TAVOLA

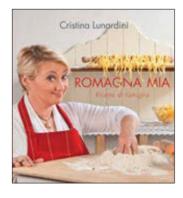
Regole (e deroghe) di mise en place e composizione di menu, secondo i massimi esperti di ospitalità e galateo: lo staff preposto al servizio di sala e al banqueting del Palazzo del Quirinale. Dall'apparecchiatura dei pasti giornalieri a quella dei pranzi di Stato, la parola ai nostri contributors d'eccezione, che abbiamo amichevolmente soprannominato "la compagnia del Colle"

LT Editore - 24.90 euro

Preziosi consigli e curiosità per apprendere i codici del buon gusto, dell'eleganza e dell'ospitalità di classe…

SCUOLA DI VERDURE

Accogli la primavera nella tua cucina con ricette a base di verdure. Tanti modi per cucinarle, prepararle e conservarle. Un ricettario completo e originale per preparare ottime zuppe e vellutate, sfiziosi antipasti, tanti primi e secondi piatti e un'intera sezione dedicata a torte salate e sformati. Tantissime preparazioni riccamente illustrate da step fotografici, tutte le tecniche di cottura, taglio e pulizia degli ortaggi, tabelle nutrizionali e il calendario delle stagioni.

LT Editore - 24,90 euro

ROMAGNA MIA

Non si può parlare di cucina italiana senza avvicinarsi alla tradizione romagnola. Cristina Lunardini, romagnola doc., propone a tutti i lettori i piatti della sua infanzia, quelli imparati dalla mamma. I grandi protagonisti della cucina romagnola si affiancano a interpretazioni personali e rivisitate: il tutto a comporre un volume da leccarsi i baffi! Il libro nella più classica delle impostazioni si divide tra antipasti, primi, secondi e dessert che conquisteranno anche i palati più esigenti.

LT Editore - 19,90 euro

AUSTRALIA

Il meglio dell'Australia in una guida comoda, veloce, chiara: oltre 20 top ten per scoprire il meglio del Paese in ogni suo aspetto. Il mare da sogno, le meraviglie naturali, le città più belle, gli eventi imperdibili. I migliori posti dove dormire, mangiare, fare shopping e divertirsi. Informazioni pratiche, suggerimenti, curiosità… per una vacanza perfetta e adatta a tutti.

LT Editore - 7,90 euro

IL SEGNO GOURMET DI... APRILE

 AMORE LAVORO

ARIETE
21 Marzo - 20 Aprile

L'intesa e dinamica creatività che il cielo vi riserva ad aprile vi porterà a lanciarvi in programmi innovativi, in questo aiutati da Sole, Urano e Mercurio tutti insieme. Sono schietti suggeritori di vitalità intellettuale e fisica. Giove e Saturno dagli altri Segni di Fuoco confermano!
Amore: vi piacerà dare agli affetti un tocco di complice amicizia, per condividere in due emozioni, speranze e sogni… Con chi amate siete sulla stessa lunghezze d'onda.
Lavoro: mai come ora a piani e a programmi nati quasi per caso, per vie traverse, arride un successo pieno, lusinghiero e incoraggiante. Mai come ora siete stati così sicuri di farcela…
Astrocenate con: vi troverete benissimo con chi sappia gioire con voi e come voi degli sviluppi potenti, promettenti e rassicuranti degli attuali eventi.

TORO
21 Aprile - 21 Maggio

Con abilità sbaraglierete ogni possibile avversario.
Amore: molte api vi ronzeranno intorno, tentate dalle vostre qualità seduttive…
Lavoro: scrollatevi di dosso chi vuole impedirvi di realizzare ambiziose scelte.
Astrocenate con: chi potrà darvi costruttivi consigli!

GEMELLI
21 Maggio - 21 Giugno

Porterete avanti i vostri programmi senza fatica, e con parecchia soddisfazione.
Amore: sentirete che le emozioni dell'altro corrispondono alle vostre…
Lavoro: riuscirete a dar corso a fattivi inizi.
Astrocenate con: riunioni effervescenti sapranno ricaricarvi.

CANCRO
22 Giugno - 22 Luglio

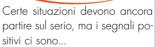
Puntate alla concretezza in tutte le questioni cui metterete mano.
Amore: fase nella quale vi sentirete appagati, apprezzati e compresi.
Lavoro: le iniziative stanno cominciando a rendere sul serio!!!
Astrocenate con: imparare, conoscere e sapere in questa fase diventa basilare.

LEONE
23 Luglio - 22 Agosto

Il vento astrale spira fortemente a favore delle vostre iniziative!
Amore: evitate parole al vento, modi di fare un tantino superficiali e noncuranti.
Lavoro: state riuscendo nelle operazioni intese ad accendere i riflettori sui vostri talenti.
Astrocenate con: chiunque, è talmente bello starvi accanto!

VERGINE
23 Agosto - 22 Settembre

Plutone, con l'ausilio di Marte, vi darà energiche potenzialità.
Amore: siate vicini al partner che attraversa una fase delicata.
Lavoro: se avete qualche volta delegato oneri e onori, adesso toccherà a voi dimostravi attivi e disponibili.
Astrocenate con: con chi amate parecchio e con chi vi ama.

BILANCIA
23 Settembre - 22 Ottobre

Certe situazioni devono ancora partire sul serio, ma i segnali positivi ci sono...
Amore: rischiate di diventar abitudinari…
Lavoro: non affidatevi completamente a soci e collaboratori.
Astrocenate con: con chi vi diverte, con chi vi porti lontano mille miglia dalla quotidianità…

SCORPIONE
23 Ottobre - 21 Novembre

Gli investimenti fatti sapranno aprirvi la strada a opportunità interessanti.
Amore: il partner si sente forse un pochino trascurato
Lavoro: state investendo tempo e denaro con speranze decisamente lusinghiere…
Astrocenate con: mai mai mai con dei seccatori…

SAGITTARIO
22 Novembre - 21 Dicembre

Si consolidano le speranze di una primavera proficua.
Amore: cominciate a pensare a dare un assetto definitivo alla vita a due…
Lavoro: consensi e conferme saranno all'ordine del giorno.
Astrocenate con: meno farfalloni e festaioli, spesso vi piacerà cenare in santa pace…

CAPRICORNO
22 Dicembre - 20 Gennaio

Venere vi lusingherà, per poi occuparsi del settore produttivo.
Amore: recuperare una simmetria di interessi e di mete è suggerimento delle amiche stelle.
Lavoro: un pizzico in più di calore umano nei rapporti di lavoro.
Astrocenate con: con personaggi che abbiano la stessa voglia di arrivare e di imporsi…

ACQUARIO
21 Gennaio - 19 Febbraio

Una perfetta intesa con il clan vi darà le gioie migliori.
Amore: un momento di confronto si trasformerà in una occasione di chiarimento e di intimità.
Lavoro: mobilitatevi solo per questioni davvero trainanti…
Astrocenate con: con primo, secondo, contorni, dolce, frutta, caffè e liquorino…

PESCI
20 Febbraio - 20 Marzo

Sapete esattamente dove volete arrivare…
Amore: avvertite la necessità di tempi e spazi a completa disposizione.
Lavoro: il settore professionale ha bisogno di accurate e lucide puntualizzazioni sul da farsi…
Astrocenate con: chi apprezza la vostra sagacia.

Plumcake alle carote e nocciole senza uova

Ingredienti

150 g di farina 00
150 g di carote
120 g di nocciole già sgusciate
80 g di zucchero
1 bicchiere di latte
50 g di burro (più altro per lo stampo)
1 bustina di lievito per dolci

Preparazione

1. Tostate le nocciole in forno, pelatele, tritatele finemente e raccoglietele in una terrina. Mondate le carote, grattugiatele e unitele alle nocciole insieme a zucchero, farina e lievito. Miscelate bene con un cucchiaio di legno e aggiungete latte e burro, fuso e lasciato raffreddare, sempre mescolando.

2. Imburrate uno stampo da plumcake, versate l'impasto e fate cuocere in forno già caldo a 180 °C per circa 30-40 minuti. Sfornate, lasciate raffreddare, sformate e servite.

Foto di Alberto Favara

ENOGASTRONOMIA

ASSOCIAZIONE NAZIONALE CUOCHE A DOMICILIO
via Boccea, 752
Roma
tel. 340 4121035
www.associazionenazionalecuo-cheadomicilio.it

BRUNETTI
via G. Orlandi, 208
Anacapri (Na)
tel. 081 8373783
www.brunetticapri.it

BUONOCORE
via Vittorio Emanuele, 35
Capri (Na)
tel. 081 8377826

LE OFFICINE DEL GUSTO
via Conca d'Oro, 260
Roma
tel. 392 3833293
www.officinegustoenotecaroma.com

PASTICCERIA PIEMONTESE
via Cocco Ortu, 39
Cagliari
tel. 070 41365
www.pasticceria-piemontese.com

SAPORI DI CASA MIA
Felicetta Argentino
tel. 393 1982487
felicetta.argentino@virgilio.it

RISTORANTI

IL RICCIO
via Gradola, 4
Capri (Na)
tel. 081 8371380
www.ristoranteilriccio.com

PIZZERIA MAMMÀ
via Madre Serafina, 11
Capri (Na)
tel. 081 8377472

RISTORANTE CHINAPPI FORMIA
via Anfiteatro, 8
Formia (Lt)
tel. 0771 790002

RISTORANTE L'OLIVO VIA CAPODIMONTE, 14
Anacapri (Na)
tel. 081 9780229
www.capripalace.com

RISTORANTE MAMMÀ
via Madre Serafina, 6
Capri (Na)
tel. 081 8377472

RISTORANTE MONZÙ
via Tragara, 57 – Capri (Na)
tel. 08w1 8370844
www.monzucapri.it

HOTEL

AGRITURISMO CASETTA ALTA
Borgo Casetta Alta, 1
Brusasco (To)

CAPRI PALACE
via Capodimonte, 14
Anacapri (Na)
tel. 081 9780229
www.capripalace.com

HOTEL PUNTATRAGARA
via Tragara, 57 – Capri (Na)
tel. 081 8370844
www.hoteltragara.com

LA MINERVA
via Occhio Marino, 8 - Capri (Na)
tel. 081 8377067
www.laminervacapri.com

IDEE CASA

ARTI E MESTIERI
www.artiemestieri.it

BALZANI GROUP
www.balzanigroup.it

BIALETTI
www.bialettishop.it

BORMIOLI
www.bormiolirocco.com

ILLY
www.illy.com

LSA INTERNATIONAL
www.lsa-international.com

MEPRA
www.mepra.it

SILIKOMART
www.silikomart.com

TESCOMA
www.tescomaonline.com

A-D

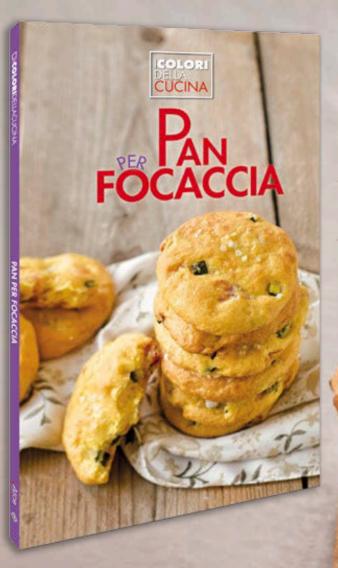
E-M

N-V

NEL PROSSIMO NUMERO

EXPOMANIA:
I GRANDI **CLASSICI** DELLA **CUCINA ITALIANA**

IN EDICOLA DA FINE APRILE

ALLEGATO IL PROSSIMO MESE AD ALICE CUCINA

Panini e sfizi di pane e focaccine e crackers e grissini sono i golosi protagonisti di "Pan per focaccia", il nuovo Colore della cucina dedicato alla panificazione casalinga. Suddiviso in sei capitoli – Il gioco delle forme; Panini con l'orto dentro; Piccolo è buono; Pan brioche e pane in cassetta; Focaccine; Crackers e grissini – più che un colore, una miniera d'oro con tante ricette e idee per panini (e non solo) da preparare nel forno di casa! Come ogni mese in allegato con il vostro magazine preferito.

PRENOTALO SUBITO IN EDICOLA

A SOLI 4,40 EURO + 1 LIBRO IN OMAGGIO
(oltre al prezzo di copertina)

Menu à la carte

I PIATTI DI ALICE

CASA ALICE

Con Franca Rizzi e Daniele Persegani

Tutti i giorni, ore 18.30

I fornelli di Casa Alice, nonché di Daniele Persegani e Franca Rizzi, sono sempre accesi, tra una battuta, un ospite e una blogger… Protagonista indiscusso della puntata di giovedì 2 è uno degli alimenti più amati in tutto il mondo, il cioccolato! Giulia Steffanina, per l'occasione, prepara delle piccole uova di Pasqua monodose decorate con mandorle e nocciole: da provare.

ALICE MASTERPIZZA

Con Antonino Esposito, Sergio Teutonico e Cristina Lunardini

Tutti i giorni, ore 21.30

Procedono le fasi finali del talent sulla pizza, condotto da Ivan Bacchi e con i giurati Antonino Esposito, Cristina Lunardini e Sergio Maria Teutonico. Gli chef della pizza nella puntata di sabato 25 sono impegnati in un'insolita prova, che non si svolge davanti ai forni della pizza: devono realizzare le mitiche pizzole napoletane fritte, con pomodoro e parmigiano!

FRITTO E CONTENTO

Con Lele Usai

Tutti i giorni, ore 15.00

Il programma più goloso di Alice ci tenta ogni giorno con tutti i tipi di fritture, da quelle della tradizione a quelle più originali e inconsuete. Nella puntata di lunedì 13 Lele Usai, con il valido aiuto di Valentina Arrigo, prepara una pietanza con il suo tipico tocco da chef stellato: fiori di zucca pastellati alla ricotta con pachino, olive taggiasche e origano.

MAGIE DI CUCINA

con Fabio Campoli

Tutti i giorni, ore 20.00

Nulla è magico in cucina, ma soltanto frutto della grande esperienza. In questo caso, però, si tratta della magia di un grande chef, quella di Fabio Campoli che con grande maestria realizza un'altra delle sue golose preparazioni: nella puntata di lunedì 20 prepara il timballo di riso spinaci e porri che, strano a dirsi, non si cuoce in forno ma tutto ai fornelli.

ACCADEMIA MONTERSINO

Con Luca Montersino

Tutti i giorni, ore 20.30

Luca Montersino apre le porte della sua scuola di cucina di Chieri ad allievi appassionati e desiderosi di imparare tutte le tecniche e i trucchi per diventare bravi cuochi. La puntata di venerdì 17 è dedicata alla tecnica della vasocottura. Luca ci mostrerà come utilizzare questa tecnica per preparare un ghiotto baccalà al pil pil con topenade di olive e una zuppetta di pesce e cannellini.

RISI E BISI

con Marilda Donà e Norma Cariolato

Tutti i giorni, ore 22.30

Schie, stoccafisso e baccalà, bisato in umido e sardelle in saor: tra una spesa al mercato e un salto in pescheria, le due sorelle Norma e Marilda cucinano i succulenti piatti della tradizione veneta. Nella puntata di venerdì 10 Norma prepara a Marilda un'antica ricetta, semplice e buonissima: gli gnocchi con la fioreta, un piatto che in origine veniva preparato dai pastori durante l'alpeggio.

GLI ORARI POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI, VI CONSIGLIAMO DI VERIFICARE LA PROGRAMMAWZIONE SUL SITO WWW.ALICE.TV

visibile su digitale terrestre (canale 221)
su pc, smartphone e tablet
su www.italiasmart.tv

I MENU DEL MESE

Alice in verde

Piatto ricco…

Classici ma però